

การศึกษาวิเคราะห์หลักเมตตาธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทกับพระคัมภีร์คริสตธรรม

AN ANALYTICAL STUDY OF LOVING-KINDNESS IN THERAVĀDA
BUDDHISM SCRIPTURES AND CHRISTIAN SCRIPTURES

พระมหาบัญชา สุสมปบุโน (ผาดิวโรดม)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๔

การศึกษาวิเคราะห์หลักเมตตาธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทกับพระคัมภีร์คริสต์ธรรม

พระมหาบัญชา สุสมบุณฺโณ (ผาติวโรดม)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ
บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พุทธศักราช ๒๕๕๔

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

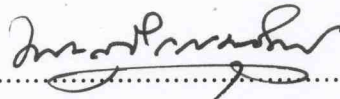
**AN ANALYTICAL STUDY OF LOVING-KINDNESS IN THERAVĀDA
BUDDHISM SCRIPTURES AND CHRISTIAN SCRIPTURES**

PHRAMAHĀ BANCHA SUSAMPANNO (PHATIVARODOM)

**A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Comparative Religion)
Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Bangkok, Thailand
B.E. 2554**

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

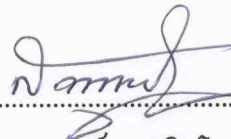
บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย
ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนา
เปรียบเทียบ



(พระสุธีธรรมมานูวัตร)

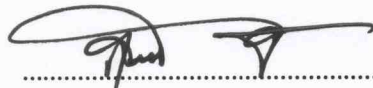
กณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์



ประธานกรรมการ

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร,ดร.)



กรรมการ

(พระมหาสุทิตย์ อากาศโร,ดร.)



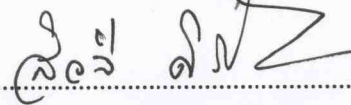
กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชานะ พาชีอ)



กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์บุรณ์ เกตุทัตสา)



กรรมการ

(รองศาสตราจารย์สิวลี ศิริไล)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระมหาสุทิตย์ อากาศโร,ดร.

ประธานกรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชานะ พาชีอ

กรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์บุรณ์ เกตุทัตสา

กรรมการ

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การศึกษาวิเคราะห์หลักเมตตาธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทกับ
พระคัมภีร์คริสต์ธรรม

ผู้วิจัย : พระมหาบัญชา สุขสมบูรณ์ (ผาดิวโรดม)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระมหาสุทิตย์ อากาศโร,ดร. ป.ธ. ๗, รบ., พช.ม. (พัฒนาชุมชน), พธ.ด
(พระพุทธศาสนา)

: ผศ.ชำนาญ พาชื้อ ป.ธ.๔, พธ.บ., M.A. (ปรัชญา)

: ผศ.บุรณ์ เกตุทัตสา ป.ธ.๔, พธ.บ., M.A. (ศาสนศึกษา)

วันสำเร็จการศึกษา : ๑๗ มีนาคม ๒๕๕๕

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ คือ:- ๑. เพื่อศึกษาหลักเมตตาธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ๒. เพื่อศึกษาหลักแห่งเมตตาในคัมภีร์พระคริสตธรรม ๓. เพื่อศึกษาวิเคราะห์การนำหลักเมตตาธรรมมาใช้ในการเสริมสร้างสันติภาพของบุคคลและสังคม

จากผลการศึกษาพบว่า หลักเมตตาธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง การแผ่และการเจริญความรักด้วยจิตเสมอกันในสัตว์ทั้งหลายในที่ทั้งปวง มีวิธีแสดงออก ๓ ประการ ๑. การแผ่และการเจริญความรักทางกาย ๒. การแผ่และการเจริญความรักทางวาจา ๓. การแผ่และการเจริญความรักทางใจ พระพุทธเจ้าทรงย้ำให้มนุษย์เรานั้นมีความรักต่อสัตว์ทั้งหลายให้เราเห็นทุกชีวิตมีค่าเท่ากัน โดยพระองค์ได้เป็นต้นแบบให้ได้ดำเนินตาม และได้ตรัสสอนวิธีใช้และแผ่ความรัก โดยให้เราตั้งอยู่บนฐานความประพฤติสุจริตธรรมมี กายสุจริต วาจาสุจริต ใจสุจริต หลักเมตตาธรรมนั้นจึงถือว่าเป็นเครื่องช่วยค้ำจุนโลก เป็นหลักธรรมให้มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข และถือว่าเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาในการเข้าถึงโลกสวรรค์มีนิพพานเป็นที่สุด

จากผลการศึกษาพบว่า หลักเมตตาธรรม ในพระกัมภีร์คริสต์ธรรม หมายถึง ความรักในพระเจ้า ด้วยสุดใจ สุดจิต สุดความคิด และรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง การแสดงความรักนั้นมี ๓ ประการ ๑. การแสดงความสุภาพทางกาย ๒. การแสดงความสุภาพทางวาจา ๓. การแสดงความสุภาพทางใจ พระเยซูคริสต์ทรงย้ำให้มนุษย์เรานั้นมีความรักในพระเจ้าและเพื่อนมนุษย์ โดยพระองค์ได้เป็นต้นแบบให้ได้ดำเนินตาม และได้ตรัสสอนวิธีแสดงความรัก โดยการให้เราตั้งอยู่บนฐานความสุภาพ ทางกาย วาจา ใจ หลักแห่งความรักนั้นจึงเป็นเครื่องช่วยให้มนุษย์อยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข และถือว่าเป็นหัวใจของคริสตศาสนาในการเข้าถึงพระเจ้า

จากการศึกษาวิเคราะห์การนำหลักเมตตาธรรมมาใช้ในการเสริมสร้างสันติภาพของบุคคลและสังคม พบว่า ๑. หลักเมตตาธรรมนั้นสามารถช่วยพัฒนาจิตใจ ความคิด ช่วยปรับปรุงพฤติกรรม ควบคุมอารมณ์ ของตนเองให้ดีขึ้นได้ ๒. หลักเมตตาธรรมนั้นสามารถช่วยสร้างความสุขให้กับผู้อื่นและสร้างความรักในครอบครัวให้เกิดมีขึ้นได้ ๓. หลักเมตตาธรรมนั้นสามารถช่วยบรรเทาความขัดแย้ง ช่วยสร้างความยุติธรรม ให้กับสังคมได้ ดังนั้น พระพุทธเจ้าและพระเยซูคริสต์ทรงสอนหลักเมตตาธรรมหรือหลักแห่งความรักนั้นก็เพื่อเป็นแนวทาง ๒ ประการ คือ ๑. เพื่อทรงแก้ปัญหาทั้งหลายที่มนุษย์ประสบอยู่ ๒. เพื่อเสริมสร้างให้เกิดสันติภาพ ต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคม จึงเน้นให้บุคคลมีความรัก ความปรารถนาดีต่อกันและต่อสิ่งแวดล้อม ให้เราอยู่ร่วมกันได้โดยไม่ต้องไปเบียดเบียนกันและกัน

Thesis Title : An Analytical Study of Loving-Kindness in Theravāda Buddhism Scriptures and Christian Scriptures

Researcher : Phramahā bancha susampanno (phativarodom)

Degree : Master of Arts (Comparative Religion)

Thesis Supervisory Committee :

: Phramahā Suthit Āphakalo (Oboun), Dr. Palī VII, B.A. (Pol), Ms.A. (Community Development), Ph.D. (Buddhist Studies)

: Asst. Prof. Chamna Phachue Palī IV, B.A., M.A. (Phil.)

: Asst. Prof. Boon Ketutassa Palī IV, B.A., M.A. (Religious studies.)

Date of Graduation : 17 March 2012

ABSTRACT

The objectives of this research are:- 1) to study Loving-Kindness in the Buddhism Scriptures 2) to study Loving-Kindness in the Christian Scriptures 3) to analytically study Loving-Kindness in supporting the peace for the man and the societies.

The result of the study showed that Loving-Kindness in Theravāda Buddhism Scriptures means the spread and the cultivation of love with the equal minds in all living beings. There are 3 ways of expression of Loving-Kindness, namely :- 1) the spread and the cultivation of love in action 2) the spread and the cultivation of love in words 3) the spread and the cultivation of love in thought. The Buddha emphatically told human beings to have Loving-Kindness in animals and He also told human beings to have the view that all living beings are equal. The Buddha prescribed a model for the human beings to follow and taught how to use and spread Loving-Kindness by letting ourselves to live on the good base in all actions; good conduct in words and good conduct in thought. The Loving-Kindness that sustains the world is a principle which causes the human beings and animals to live

together happily. It is also considered as the crux of Buddhism to reach the heavens and Nirvāna.

The result of the study was also found that Loving-Kindness in the Christian Scriptures means the love in God with all heart and with whole soul and with all mind and, it is also means love your neighbor as yourself. There are 3 ways of showing the love, namely :- 1) the show of politeness in action 2) the show of politeness in words 3) the show of politeness in thought. The Jesus Christ emphatically told human beings to have love in God and fellowmen In this respect, Jesus Christ was regarded as the best example of the politeness in action, in words and in thought. The Loving-Kindness binds human being to live together happily and it is also considered to be the crux of Christian religion to reach God.

From the result of the analytical study of Loving-Kindness in supporting the peace for the persons and the societies, found that 1) Loving-Kindness can develop the mind with morality and improve human beings behaviour in a proper manner 2) Loving-Kindness can create happiness for others and create love for family 3) Loving-Kindness can reduce conflicts, create justice in the hope to achieve in societies. So, The Buddha and Jesus Christ, taught Loving-Kindness two ways, namely :- 1. to solve the problems faced by human beings 2) to create the peace to oneself and others and societies respectively. Therefore the Buddha and Jesus Christ taught people to have love, and best wishes to one another and environment, for living together without hurting one another.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จเรียบร้อยลงได้ ก็เพราะได้รับความช่วยเหลือเกื้อกูลจากบุคคลหลายฝ่าย ผู้วิจัยกราบขอบพระคุณพระราชวรมณี (พล อาภากรโร, ดร.) คณบดีคณะพุทธศาสตร์ พระสุธีธรรมานูวัตร (เทียบ สิริญาโณ, ผศ.ดร.) คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย และขอขอบคุณ ดร.แสวง นิลนามะ ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ ที่มีส่วนช่วยกระตุ้นเตือนเอาใจใส่ในการศึกษาของผู้วิจัย กราบขอบคุณอาจารย์พระมหาสุทิตย์ อาภากรโร, ดร. รักษาการผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ รองคณบดีคณะพุทธศาสตร์ ประธานควบคุมวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณ ผศ. นูรณ์ เกตุทัตสา และ ผศ. ชำนะ พาชื้อ กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณ อาจารย์ รศ. ชูศักดิ์ ทิพย์เกษร และ ดร. ศศิวรรณ กำลังสินเสริม ที่มีส่วนสำคัญในการช่วยเหลือและคอยให้กำลังใจตลอดทั้งให้คำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไขวิทยานิพนธ์นี้ให้เกิดความสมบูรณ์ด้วยจิตเมตตา

กราบขอบพระคุณด้วยความเคารพอย่างสูงต่อหลวงพ่อดาวปลากน้ำ (พระมงคลเทพมุนี) และเจ้าพระคุณสมเด็จพระมหาธีรราชเจ้ามหามงคลาจารย์ (ช่วง วรบุญโญ ป.ธ. ๕) เจ้าอาวาสวัดปลากน้ำ ภาษีเจริญ ที่เมตตาให้ที่พักอาศัยแก่ผู้วิจัยขณะทำการศึกษาและทำการศึกษาค้นคว้าวิจัย

กราบขอบคุณอาจารย์พระมหาบุญชู กิตติโชติโก ป.ธ. ๕ และพระมหาเสนาะ กิตติเสโน ป.ธ. ๕ ที่ได้อนุเคราะห์ผู้วิจัยในการให้ยืมหนังสือคัมภีร์พระไตรปิฎก แม่ชีญาติโยมคณะศรัทธาผู้มอบอาหารบิณฑบาตทั้งหลาย ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ห้องสมุดมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุฯ รวมทั้งท่านผู้เป็นเจ้าของผลงานวิชาการทุกท่านที่ได้นำมาประกอบการวิจัย และที่ขาดไม่ได้ก็คือ คุณไชยา เสนแสนยา ที่ช่วยเป็นธุระจัดการเรื่องติดต่อกับอาจารย์และช่วยตรวจรายละเอียดรูปแบบวิทยานิพนธ์

ด้วยคุณงามความดีทั้งหลายและมุ่งมั่นทุ่มเทร่างกายและแรงใจอย่างเต็มความสามารถหวังเป็นอย่างยิ่งว่างานวิจัยนี้คงจะเป็นประโยชน์ต่อผู้ใคร่ในการศึกษา และผู้วิจัยขอมอบให้เป็นสิ่งบูชาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และแด่ครูอุปัชฌาย์อาจารย์ทุกท่านและที่สำคัญที่สุดในชีวิตของผู้วิจัยก็เพื่อทดแทนพระคุณบิดามารดา คือ โยมพ่อไพโรจน์ โยมแม่หน่อชี ผาติโรดม ซึ่งเป็นบุคคลที่ผู้วิจัยให้ความเคารพยกย่องอย่างสูงที่สุดอันหาที่เปรียบไม่ได้ตลอดทั้งผู้มีพระคุณแก่ผู้วิจัยทั้งในอดีตและปัจจุบันทุกท่าน

ด้วยอำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย คือพระพุทธรเจ้า พระธรรม พระอริยสงฆ์ พระปัจเจก-
พุทธรเจ้าและกำลังฤทธิ์ของหลวงพ่อดวดปลักน้ำ ของงเป็นพลวปัจจยลงมาปกป้องคุ้มครองรักษา
ทุกท่าน และเจ้ากรรมนายเวร สรรพสัตว์ทั้งหลาย ที่ผู้วิชัยได้ระบุนามและที่ไม่ได้ระบุนาม ให้มี
แต่ความสุขความเจริญในการดำรงชีวิตและหน้าที่การงาน มีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง ปราศจาก
โรคร้ายต่างๆ มีชีวิตที่สมบูรณ์อันประกอบไปด้วยสติปัญญา ประารถนาสิ่งใดที่ชอบอันประกอบด้วย
ธรรมกึ่งงพลันสำเร็จ ๆ ทุกประการเทอญ.

พระมหาบัญชา สุตมปโน (ผาดิวโรคม)

๑๗ มีนาคม ๒๕๕๕

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ช
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฎ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความสำคัญและความเป็นมาของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๕
๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย	๖
๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๖
๑.๕ กรอบแนวคิดในการทำวิจัย	๗
๑.๖ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๗
๑.๗ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๘
๑.๘ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๑
๑.๙ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๒
บทที่ ๒ หลักเมตตาธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๑๓
๒.๑ ความหมายของหลักเมตตาธรรม	๑๓
๒.๑.๑ ความหมายของเมตตาธรรมในพระไตรปิฎก	๑๓
๒.๑.๒ ความหมายของเมตตาธรรมในพระคัมภีร์และพระอรรถกถาจารย์ ทั้งหลายทางพระพุทธศาสนา	๑๕
๒.๒ ประเภทของเมตตาธรรม	๑๗
๒.๓ เมตตาธรรมในฐานะเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา	๒๓
๒.๓.๑ เมตตาของพระพุทธศาสนาที่แสดงออกถึงความเป็นหัวใจ	๒๔
๒.๔ พระจริยาวัตรของพระพุทธเจ้า	๒๖
๒.๔.๑ ด้านพระเมตตาทางกาย	๒๗

๒.๔.๒ ด้านพระเมตตาทางวาจา	๒๕
๒.๔.๓ ด้านพระเมตตาทางใจ	๓๑
๒.๕ บทบาทในฐานะเป็นแบบอย่าง	๓๓
๒.๕.๑ แบบอย่างในด้านการปฏิบัติ	๓๓
๒.๕.๒ แบบอย่างในด้านการสอน	๓๕
๒.๖ หลักธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อเมตตาธรรม	๓๗
๒.๗ อานุภาพและอานิสงส์แห่งเมตตาธรรม	๔๑
๒.๗.๑ อานุภาพแห่งเมตตาธรรม	๔๑
๒.๗.๒ อานิสงส์แห่งเมตตาธรรม	๔๖
๒.๘ การใช้เมตตาธรรมและวิธีการแผ่เมตตาธรรม	๔๕
๒.๘.๑ การใช้เมตตาธรรมและวิธีการแผ่เมตตา	๔๕
๒.๘.๒ วิธีการแผ่เมตตาธรรมทางจิต	๕๒
บทที่ ๓ หลักเมตตาธรรมในพระคัมภีร์คริสต์ธรรม	๕๕
๓.๑ ความหมายของหลักเมตตาธรรม	๕๕
๓.๑.๑ ธรรมเนียมปฏิบัติข้อใหญ่ที่มาแห่งเมตตาธรรมในพระคัมภีร์คริสต์ธรรม	๕๕
๓.๑.๒ ความหมายของหลักเมตตาธรรมในทรรศนะของผู้รู้และนักเทววิทยา	๕๖
๓.๒ ประเภทของเมตตาธรรม	๕๘
๓.๓ เมตตาธรรมในฐานะเป็นหัวใจของคริสตศาสนา	๖๔
๓.๓.๑ ความรักของคริสตศาสนาที่แสดงออกถึงคุณธรรม	๖๕
๓.๔ พระจริยาวัตรของพระเยซูคริสต์	๗๓
๓.๔.๑ ด้านพระเมตตาทางกาย	๗๕
๓.๔.๒ ด้านพระเมตตาทางวาจา	๗๖
๓.๔.๓ ด้านพระเมตตาทางใจ	๗๗
๓.๕ บทบาทในฐานะเป็นแบบอย่าง	๗๕
๓.๕.๑ แบบอย่างในด้านการปฏิบัติ	๘๐
๓.๕.๒ แบบอย่างในด้านการสอน	๘๑
๓.๖ หลักธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อหลักเมตตาธรรม	๘๒
๓.๗ อานุภาพและประโยชน์ของหลักเมตตาธรรม	๘๖
๓.๗.๑ อานุภาพของหลักเมตตาธรรม	๘๖
๓.๗.๒ ประโยชน์ของหลักเมตตาธรรม	๙๐

๓.๘ การใช้หลักแห่งเมตตาและวิธีการแสดงความรักทางจิตใจ	๕๓
๓.๘.๑ การใช้หลักเมตตาธรรม	๕๓
๓.๘.๒ การแสดงความรักทางจิตใจ	๕๔
บทที่ ๔ วิเคราะห์หลักเมตตาธรรมในการเสริมสร้างสันติภาพของพระพุทธศาสนา	
กับคริสตศาสนา	๕๖
๔.๑ ข้อกำหนดการวิเคราะห์	๕๖
๔.๒ หลักเมตตาธรรมในการเสริมสร้างสันติภาพต่อตนเอง	๕๘
๔.๒.๑ ด้านการช่วยพัฒนาจิตใจ	๕๙
๔.๒.๒ ด้านการช่วยควบคุมอารมณ์	๑๐๑
๔.๒.๓ ด้านการช่วยพัฒนาความคิด	๑๐๔
๔.๒.๔ ด้านการช่วยพัฒนาและการปรับปรุงพฤติกรรม	๑๐๗
๔.๓ หลักเมตตาธรรมในการเสริมสร้างสันติภาพต่อผู้อื่น	๑๑๑
๔.๓.๑ ด้านการช่วยสร้างความสุขและความรักในครอบครัว	๑๑๑
๔.๓.๒ ด้านการช่วยพัฒนาสังคม	๑๑๕
๔.๔ หลักเมตตาธรรมในการเสริมสร้างสันติภาพต่อสังคม	๑๑๕
๔.๔.๑ ด้านการช่วยบรรเทาความขัดแย้ง	๑๑๕
๔.๔.๒ ด้านการช่วยสร้างความยุติธรรม	๑๒๓
๔.๔.๓ ด้านการช่วยบรรเทาภัยพิบัติธรรมชาติ	๑๒๗
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๑๓๑
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๑๓๑
๕.๑.๑ หลักเมตตาธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๑๓๑
๕.๑.๒ หลักเมตตาธรรมในพระคัมภีร์คริสต์ธรรม	๑๓๓
๕.๑.๓ การใช้หลักเมตตาธรรมในการเสริมสร้างสันติภาพ	
ของพุทธศาสนากับคริสตศาสนา	๑๓๔
๕.๒ ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการทำวิจัย	๑๓๗
๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะทั่วไป	๑๓๗
๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยต่อไป	๑๓๘
บรรณานุกรม	๑๓๙
ประวัติผู้วิจัย	๑๔๒

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์พระไตรปิฎก

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยใช้พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิง จะระบุ เล่ม/ชื่อ/หน้า หลังอักษรย่อคัมภีร์ดังตัวอย่าง เช่น วิ. มหา. (ไทย) ๑/๑๖๗/๑๓๕. หมายถึง วินัยปิฎก มหาวิภังค์ ภาษาไทย เล่ม ๑ ชื่อ ๑๖๗ หน้า ๑๓๕ ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๑๕ เป็นต้น

พระวินัยปิฎก

วิ.มหา. (ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)
วิ.ม. (ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.จ. (ไทย)	=	วินัยปิฎก	จุฬาวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.สี. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปิณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปิณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อุ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปรปิณณาสก์	(ภาษาไทย)
ส.ส. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
ส.นิ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ข. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
ส.สพ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สพายนวรรค	(ภาษาไทย)
อง.เอกก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)

อง.ปญจก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปัญญาคนิบาท	(ภาษาไทย)
อง.สตุตคก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	สัตตคนิบาท	(ภาษาไทย)
อง.ทสก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทสกนินบาท	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.วิ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	วิมานวัตถุ	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.ทูก. (บาลี)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ทุกนินบาท ชาตคปาลี	(ภาษาบาลี)
ขุ.ชา.ทูก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ทุกนินบาท ชาตค	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.จตุกก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จตุกกนินบาท ชาตค	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.ทสก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ทสกนินบาท ชาตค	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.ม. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานินบาท ชาตค	(ภาษาไทย)
ขุ.ป. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสัมภิตามรรค	(ภาษาไทย)
ขุ.อป. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อปทาน	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สง. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
อภิ. วิ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
อภิ.ก. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	กถาวัตถุ	(ภาษาไทย)

ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยใช้พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาแปล ชุด ๕๑ เล่ม ฉบับมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๔ ในการอ้างอิง จะระบุ เล่ม/เล่มที่/ภาคที่/ตอนที่/หน้า หลังอักษรย่อคัมภีร์ดังตัวอย่าง เช่น ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๐/๑/๓/๑/๘ หมายถึง ขุททกนิกาย กถาธรรมบทอรรถกถา ภาษาไทย เล่ม ๔๐ เล่มที่ ๑ ภาคที่ ๓ ตอนที่ ๑ หน้า ๘ ดังนี้

พระสุตตันตปิฎก

ขุ.ธ.อ. (ไทย)	=	ขุททกนิกาย	กถาธรรมบท	อรรถกถา	(ภาษาไทย)
---------------	---	------------	-----------	---------	-----------

ค. คำย่อเกี่ยวกับพระคริสตธรรมคัมภีร์

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยใช้พระคริสตธรรมคัมภีร์ (Thai Holy bible) ในการอ้างอิง จะระบุ ชื่อพระคัมภีร์/บทที่/ข้อที่ หลังอักษรย่อคัมภีร์ดังตัวอย่าง เช่น มธ. ๕:๕-๑๐. หมายถึง พระคัมภีร์ มัทธิว หรือ มัทธิาย ภาษาไทย บทที่ ๕ ข้อที่ ๕-๑๐ ฉบับ สมาคมพระคริสตธรรมไทย (ย่อขนาดปี 1998) ดังนี้

พระคริสตธรรมคัมภีร์

ภาคพันธสัญญาเดิม

ชื่อพระธรรมฉบับนี้	ชื่อพระธรรมฉบับเดิม	อักษรย่อ
อพยพ	เอ็็กโซโด	อพย
เฉลยธรรมบัญญัติ	พระบัญญัติ	ฉรบ
เลวีนิติ	เลวีติโก	ลนต
เพลงสดุดี	บทเพลงสรรเสริญ	สภษ
อิสยาห์	ยะชายา	อสย
โฮเซยา	โฮเซอา	ฮชย

ภาคพันธสัญญาใหม่

ชื่อพระธรรมฉบับนี้	ชื่อพระธรรมฉบับเดิม	ตัวย่อ
มัทธิว	มัทธิาย	มธ
มาระโก	มาระโก	มก
ลูกา	ลูกา	ลก
ยอห์น	โยฮัน	ยน
กิจการของอัครทูต	กิจการของอัครทูต	กจ
โรม	โรม	รม

โครินธ์ ฉบับที่หนึ่ง	โครินธ์ ฉบับที่หนึ่ง	°คร
โครินธ์ ฉบับที่สอง	โครินธ์ ฉบับที่สอง	๒คร
เอเฟซัส	เอเฟซัส	อฟ
เธสะโลนิกา ฉบับที่สอง	เธสะโลนิกา ฉบับที่สอง	๒ธส
ทิโมธี ฉบับที่หนึ่ง	ทิโมธีว ฉบับที่หนึ่ง	°ทธ
ทิตัส	ติโต	ทต
ฮีบรู	เอีบราย	ฮบ
ยากอบ	ยาโคโบ	ยก
ยอห์น ฉบับที่หนึ่ง	โยฮัน ฉบับที่หนึ่ง	°ยน
ยูดา	ยูดา	ยด

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โลกทุกวันนี้มีคนอาศัยอยู่มาก มีหลายเชื้อชาติหลายศาสนาแตกต่างกันไปซึ่งทุกคนล้วนมีความคิดความเห็นที่ตรงกันบ้าง ไม่ตรงกันบ้าง หลากๆ ปัญหาในโลกใบนี้เกิดจากการที่คนเรานั้นขาดเมตตาธรรมต่อกัน เมื่อคนเราขาดเมตตาธรรมแล้วก็ทำให้เป็นคนไม่มีศีล มีความเห็นแก่ตัว เอา รัดเอาเปรียบ เป็นต้น เป็นผลที่ส่งให้เกิดปัญหาด้านต่างๆ ก่อให้เกิดความไม่สงบขึ้นในสังคมโลก เป็นต้น จึงจำเป็นที่จะต้องนำเอาหลักธรรมที่เกี่ยวข้องโดยตรงของศาสนา เพื่อเอามาใช้แก้ไขปัญหาเหล่านี้

เพราะว่าศาสนานั้นมีอิทธิพลมากที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตประจำวันของคนเรา ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันคำสอนต่างๆ ก็มีมาก แต่คำสอนที่จะก่อให้เกิดความสงบสุขนั้น คือ หลักเมตตาธรรมหรือหลักแห่งความรักเท่านั้นที่สามารถจะทำให้สังคมโลกมีความสงบได้ถาวร ดังธรรมสุภาษิตที่กล่าวไว้ว่า โลกใบนี้คือเมตตา เมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนโลก^๑ ถ้าการกระทำของคนเรานั้นประกอบด้วยเมตตา ทางกาย วาจา และใจแล้วไซ้ไรก็จะทำในเราทุกคนนั้นอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

ในทางพระพุทธศาสนานั้น พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนให้มนุษย์ทุกคนมีความเมตตาต่อสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง โดยการเว้นจากการทำความชั่วทั้งปวง ทำแต่ความดีทั้งปวงและทำจิตใจให้บริสุทธิ์ ดังพระโอวาทปาติโมกข์อันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาและถือว่าเป็นหัวใจหลักของการมีเมตตาธรรมจิตใจของพุทธศาสนิกชน ดังปรากฏว่า

สพฺพปาปสฺส อภรณํ กุสลสุสฺสอพฺปทา

สจิตฺตปริโยทปนํ เอตํ พุทฺธานํ สาสนํ

^๑ สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, *พุทธศาสนสุภาษิต เล่ม ๑*, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๓๕), หน้า ๕๖.

การไม่ทำบาปทั้งปวง การทำกุศลให้ถึงพร้อม

การทำจิตของตนให้ผ่องแผ้ว นี้คือคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย”^๒

กล่าวได้ว่า การที่บุคคลจะไม่ทำความชั่วทั้งปวง ทำแต่ความดีนั้น จะต้องเป็นผู้ที่มีเมตตาธรรมอยู่ในจิตใจจึงจะไม่ทำความชั่วและทำแต่ความดีได้ เพราะความชั่วต่างๆ ที่เกิดขึ้นนั้นเกิดจากการที่คนเราขาดเมตตาธรรมในจิตใจ ทำให้เกิดความไม่สงบเรียบร้อยขึ้นในสังคม พระพุทธองค์ทรงแลเห็นว่า การขาดเมตตาธรรมของคนในสังคมนั้นก่อให้เกิดสิ่งที่ไม่ดีงามทางจริยธรรมต่างๆ พระองค์จึงได้ยกหลักเมตตาธรรมให้คู่กับศีลตั้งที่ปรากฏในพระไตรปิฎกว่า ปาณาติปาตา เวรมณี”^๓ การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ และในการบัญญัติสิกขาบทแก่พระภิกษุก็เหมือนกัน พระองค์ก็เน้นให้พระภิกษุสามเณรมีเมตตาธรรมต่อกันนั่นก็คือ การไม่ฆ่าสิ่งมีชีวิตอันมีการไม่ปรากฏกายมนุษย์ ถ้าทำภิกษุขึ้นเป็นปาราชิก สามเณรนั้นขาดจากความเป็นสามเณร คือตายจากความเป็นภิกษุและสามเณร เป็นต้น ดังที่ปรากฏในพระวินัยว่า “ก็ ภิกษุใด จงใจพรากกายมนุษย์จากชีวิต หรือแสวงหาศีลตราอันจะพรากกายมนุษย์นั้น แม้ภิกษุนี้ก็เป็นปาราชิก หาสังวาสมิได้”^๔ จะเห็นได้ว่าพระพุทธองค์ทรงเน้นการมีเมตตาธรรมเพื่อให้มนุษย์พ้นจากวัฏสงสารละกิเลสตัณหา จึงทำให้พระพุทธศาสนาได้ชื่อว่า “เป็นศาสนาแห่งการหลุดพ้นจากวัฏสงสารและจากกิเลสตัณหา”

“หลักเมตตาธรรม” ในพระพุทธศาสนา ถือว่าเป็นความรักที่บริสุทธิ์ ปราศจากกิเลสตัณหาและความอคติต่างๆ คือ เป็นความรักความปรารถนาดีในสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตบริสุทธิ์เสมอกันในที่ทั้งปวง ความรักชนิดนี้จึงกล่าวได้ว่า พระพุทธศาสนาได้ชื่อว่า “เป็นศาสนาที่ให้ทุกคนมีเมตตาในสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง เป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงอบรมสั่งสอนให้มนุษย์โลกทุกคนได้ประพฤติปฏิบัติให้เกิดมีขึ้นในจิตใจ

การที่พระพุทธศาสนานั้นสอนให้คนเรานั้นมีการบ่มเพาะเมตตาธรรมอยู่เนื่องๆ ให้เมตตาธรรมนั้นฝังอยู่ในใจตลอดเวลานอกจากจะทำให้สังคมมีการอยู่ร่วมกันอย่างสงบแล้ว เมตตาธรรมที่บุคคลเจริญทำให้มั่นคงอยู่ในใจแล้วก็จะก่อให้เกิดการละกิเลสตัณหาและเกิดอานิสงส์ต่างๆ แก่ตนเองและผู้อื่น ดังที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสอานิสงส์ของเมตตาธรรมว่า

^๒ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๕๐/๕๐, ที.ม. (บาลี) ๑๐/๕๐/๔๓.

^๓ อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๗๐๓/๔๔๗.

^๔ วิ.มหา. (ไทย) ๑/๑๖๗/๑๓๕.

ภิกษุทั้งหลาย เมตตาเจโตวิมุตติ ที่บุคคลเจริญ ทำให้มากแล้ว ทำให้เป็นอุบายแล้ว ทำให้เป็นที่ตั้งแล้ว ให้ตั้งมั่นแล้ว ตั้งสมแล้ว ปรารถนาแล้ว พึงหวังได้อานิสงส์ ๘ ประการ คือ

๑. กลับเป็นสุข
๒. ตื่นเป็นสุข
๓. ไม่ฝันร้าย
๔. เป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย
๕. เป็นที่รักของอมมนุษย์ทั้งหลาย
๖. เทวดาทั้งหลายรักษา
๗. ไฟ ยาพิษ หรือศัสตราภยันตรายไม่ได้
๘. เมื่อยังไม่แตกตลอดคุณวิเศษ ย่อมเข้าถึงพรหมโลก^๕

สรุปได้ว่า หลักเมตตาธรรม ในพระพุทธศาสนาเป็นความรักที่อยู่บนฐานการไม่ทำ ความชั่วทั้งปวง ทำแต่ความดีทั้งปวงและทำจิตให้บริสุทธิ์ ในสัตว์ทั้งหลายในที่ทั้งปวง พระพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญกับการมีเมตตาธรรมกับตนเอง ผู้อื่น สัตว์อื่น และพระองค์ก็ทรง เป็นแบบอย่างของการประพฤติปฏิบัติดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกว่า พระพุทธเจ้าได้ทรงแผ่เมตตา ธรรมให้กับผู้ที่คิดร้ายพระองค์ด้วยการไม่ทรงโกรธ ไม่เกลียด ให้อภัยเสมอ จึงทำให้คนเหล่านั้น ไม่สามารถที่จะเอาชนะพระองค์ได้ และก็กลับตัวกลับใจมีนายนามังรณูที่พระเทวทัตส่งไปให้ปลง พระชนม์ชีพพระพุทธเจ้า เป็นต้น ทำให้ปุถุชนยกย่องพระพุทธเจ้าว่า “พระสมณโคดมทรงละเว้น ขาดจากการฆ่าสัตว์ วางทัณฑฆาตและศัสตราวุธ มีความละเอียด มีความเอ็นดู มุ่งหวังประโยชน์ เกื้อกูลต่อสรรพสัตว์อยู่”^๖ ดังนั้น เมตตาธรรมจึงเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้มนุษย์มี เมตตาในสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง ได้นำมาประพฤติปฏิบัติให้เกิดมีขึ้นในจิตใจ

ในทางคริสตศาสนาก็ได้กล่าวสอนหลักแห่งเมตตาหรือหลักความรัก ซึ่งเป็นหัวใจ สำคัญที่ทำให้คริสตศาสนานั้นได้ชื่อว่า เป็นศาสนาแห่งความรัก หลักแห่งเมตตาในคริสตศาสนานี้ นั้นถือว่าเป็นรากฐานที่จะก่อให้เกิดสันติภาพและความสุขที่แท้จริงในการอยู่ร่วมกัน เพราะหลัก ความรักของคริสตศาสนานี้ให้คนรักพระเจ้าและรักเพื่อนมนุษย์ ไม่โกรธ ไม่เกลียด ไม่แค้น คั่น ดังที่พระเยซูคริสต์ตรัสว่า “จงรักพระองค์ผู้เป็นพระเจ้าของเจ้าด้วยสุดใจสุดจิตของเจ้า และด้วย สิ้นสุดความคิดของเจ้า นั่นแหละเป็นพระบัญญัติข้อใหญ่ และข้อต้น ข้อที่สองก็เหมือนกัน คือ จง

^๕ อก.สตุตถ. (ไทย) ๒๓/๑/๑๕๓- ๑๕๔.

^๖ ที.สี. (ไทย) ๘/๘/๓.

รักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง” และธรรมะในการไม่อาฆาตต่อกันว่า “จงรักศัตรูของท่าน จงทำดีแก่ผู้ที่เกลียดชังท่าน จงอวยพรคนที่แฆงด่าท่าน จงอธิฐานเพื่อคนที่เกี่ยวเชิญท่าน ผู้ใดคบแก้มของท่านข้างหนึ่ง จงหันอีกข้างหนึ่งให้เขาตบ จงปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างที่ท่านปรารถนาให้เขาปฏิบัติต่อท่าน”^๘

ข้อความนี้จะเห็นได้ว่า คำสอนเรื่องหลักแห่งเมตตาในคริสตศาสนานั้น เน้นให้คนทุกคนนั้นมีความรักต่อพระเจ้าและต่อกันและกัน ไม่อาฆาตพยาบาทต่อกัน เป็นต้น กล่าวได้ว่า หลักเมตตาธรรมในคริสตศาสนาไม่มีจำกัดในหมู่เพื่อนมนุษย์ทั้งที่เป็นมิตรและไม่ใช่มิตร สอนให้คนมีแต่ความรักในพระเจ้าและต่อกัน เพราะว่าผู้ที่ได้ชื่อว่ามีความรักต่อพระเจ้าและต่อกัน มีความอ่อนโยนต่อกัน มีความกรุณาต่อกัน มีจิตใจที่บริสุทธิ์ ผู้นั้นก็จะมีความสุขที่แท้จริง คือ การได้พบดินแดนสวรรค์อันเป็นที่อยู่ของพระเจ้า และจะได้เห็นพระเจ้า ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมที่พระเยซูทรงเทศน์บนภูเขาที่มีความว่า “บุคคลผู้ใดมีใจอ่อนโยน ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้รับแผ่นดินโลกเป็นมรดก บุคคลผู้ใดมีใจกรุณา ผู้นั้นเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับพระกรุณาตอบ บุคคลผู้ใดมีใจบริสุทธิ์ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้เห็นพระเจ้า”^๙

“หลักแห่งความรัก” ในคริสตศาสนา ถือว่าเป็นความรักอันบริสุทธิ์ ในภาษากรีกอันเป็นภาษาที่จารึกพระคัมภีร์คริสตธรรมภาคพันธสัญญาใหม่ใช้คำว่า Agape (อกาเป) คือความปรารถนาที่จะเห็นผู้อื่นมีความสุข ความเสียสละเพื่อช่วยให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ และความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี ความรักชนิดนี้จึงกล่าวได้ว่า คริสตศาสนาได้ชื่อว่าเป็น “ศาสนาแห่งความรัก” ดังมีคำอธิบายไว้ว่า คริสตศาสนานั้นเป็นศาสนาแห่งความรักของพระเจ้า ศาสนาแห่งความรักของมนุษย์ อันพระเยซูคริสต์ได้ทรงเป็นผู้นำมาเผยแพร่งแก่ชาวโลก

กล่าวได้ว่า คำสอนของพระเยซู คือ หลักแห่งความรักเป็นหลักธรรมสำคัญที่สุด ที่พระเยซูทรงสั่งสอนเริ่มตั้งแต่ทรงสอนว่า พระเจ้าทรงรักโลก จนได้ส่งพระบุตรของพระองค์มาสู่โลกนี้ เพื่อทรงใช้หนี้บาปแทนมนุษย์ เพื่อให้มนุษย์รอดพ้นจากบาป สอนให้มนุษย์รักพระเจ้า รักครอบครัว รักเพื่อนบ้าน และรักเพื่อนมนุษย์ทั้งหลายทั่วไป ดังที่ปุโรหิตได้ถามพระองค์ว่า ข้อบัญญัติอันใดของพระองค์ที่ทรงถือเป็นข้อสำคัญยิ่งใหญ่ที่สุด พระเยซูทรงตอบเขาว่า “จงรัก

^๗ มธ. ๒๒:๓๗-๓๙.

^๘ ลูกา. ๖:๒๗-๒๙.๓๑.

^๙ มธ. ๕:๕.๗-๘.

พระองค์ผู้เป็นพระเจ้าของเจ้าด้วยสุดใจสุดจิตของเจ้า และด้วยสิ้นสุดความคิดของเจ้านั้นแหละเป็นพระบัญญัติข้อใหญ่ และข้อคั้น ข้อที่สองก็เหมือนกัน คือ จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง”

สรุปได้ว่า หลักแห่งเมตตาหรือหลักความรัก ในคริสตศาสนาเป็นความรักที่อยู่บนฐานความรักในพระเจ้าและเพื่อนมนุษย์ และพระเยซูพระองค์ทรงเป็นแบบอย่างของการดำรงอยู่ในหลักแห่งเมตตา ดังที่พระองค์ได้เสียดสละพระชนม์ชีพเพื่อมวลมนุษย์ในการที่จะรักษาหลักแห่งความรักของพระเจ้า ดังนั้น นักบุญเปาโลจึงยกย่องความรักว่า ความรักนั้นไม่มีวันสูญสิ้น ดังจดหมายของนักบุญเปาโลซึ่งมีไปถึงชาวโครินธ์ว่า

ความรักนั้นถือทนนาน และกระทำคุณให้ ความรักไม่อิจฉา ไม่อวดตัว ไม่หยิ่งผยอง ไม่หยาบคาย ไม่คิดเห็นแก่ตนเองฝ่ายเดียว ไม่ฉุนเฉียว ไม่ช่างจดจำความผิด ไม่ชื่นชมยินดีเมื่อมีการประพฤติดิ แต่ชื่นชมยินดีเมื่อประพฤติชอบ ความรักทนได้ทุกอย่างแม้ความผิดของคนอื่น และเชื่อในส่วนดีของเขาอยู่เสมอ และมีความหวังอยู่เสมอ และทนต่อทุกอย่าง ความรักไม่มีวันสูญสิ้น^{๑๑}

จากที่ได้กล่าวมาทั้งหมดนี้ ผู้วิจัยเห็นว่า หลักเมตตาธรรมของพระพุทธศาสนากับคริสตศาสนานั้นมีความคล้ายคลึงกันในการสอนให้คนมีเมตตาธรรมหรือความรักต่อกัน เป็นคำสอนที่ทรงมุ่งเน้นประโยชน์และความสุขแก่มนุษยชาติเป็นสำคัญ อันจะนำมาซึ่งการเสริมสร้างสันติสุข และสันติภาพให้เกิดขึ้นได้อย่างแท้จริง จะอย่างไรก็ตาม การศึกษาในครั้งนี้ จะเป็นกุญแจสำคัญที่จะไขข้อแตกต่างดังกล่าวให้ปรากฏชัดเจน เพื่อให้เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตน และผู้อื่น และจะทำการศึกษารูปประเด็นสำคัญวิเคราะห์ ประยุกต์ บูรณาการพร้อมให้ข้อเสนอแนะต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาหลักเมตตาธรรมในพระพุทธศาสนา
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาหลักแห่งเมตตาในคริสตศาสนา
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาวิเคราะห์การนำหลักเมตตาธรรมมาใช้ในการเสริมสร้างสันติภาพของ

บุคคลและสังคม

^{๑๑} ๑คร ๑๓:๔-๗.

๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงวิเคราะห์ พระคัมภีร์ เอกสาร ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตในการศึกษาไว้ดังนี้ คือ

๑.๓.๑ ขอบเขตด้านเอกสาร การศึกษานี้มุ่งเน้นที่จะศึกษาถึงหลักเมตตาธรรมในคัมภีร์พระไตรปิฎกของพระพุทธศาสนาเถรวาท และในพระคัมภีร์คัมภีร์คฤสตรธรรมของคริสต์ศาสนา

๑.๓.๒ ขอบเขตด้านเนื้อหา มุ่งเน้นที่จะศึกษาถึงมิติของความหมาย ประเภท ลักษณะ และประโยชน์หรืออานิสงส์ของเมตตาธรรม รวมถึงหลักธรรมต่างๆ ที่มีความสัมพันธ์ทั้งในส่วนที่ส่งเสริมสนับสนุน และที่ขัดขวางเป็นปฏิปักษ์กับหลักเมตตาธรรมตลอดจนศึกษาวิเคราะห์หลักเมตตาธรรม หรือ หลักความรักตามที่สนทนากันของนักวิชาการที่มีชื่อเสียงหรือบทบาทตามสังคม คือ ผู้รู้ในพระพุทธศาสนากับคริสต์ศาสนา ประกอบด้วยกลุ่มนักบวชที่เป็นพระภิกษุ เป็นบาทหลวง ที่เน้นการนำหลักเมตตาธรรมในการนำไปอธิบายหรือนำไปพัฒนาตนเอง และผู้อื่นในการที่จะทำ ให้สังคมมีความสงบสุข เช่น พระธรรมโกศาจารย์ (หลวงปู่พุทธทาสภิกขุ) พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตโต) พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (ปัญญา อินทปัญญา) พระอาจารย์ดิช นัทธันท์ สมเด็จพระสันตะปาปา เบเนดิกต์ที่ ๑๖ บาทหลวง ฟรังซิส “ไกส์” ชดบ. บาทหลวง วุฒิชัย อ่อนนาวา บาทหลวงสมชัย พิทยาพงศ์พร เป็นต้น

๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๔.๑ พระพุทธศาสนาเถรวาทมีหลักคำสอนที่เกี่ยวกับหลักเมตตาธรรมอย่างไร

๑.๔.๒ คริสต์ศาสนามีหลักคำสอนที่เกี่ยวกับหลักเมตตาธรรมอย่างไร

๑.๔.๓ เพื่อต้องการทราบหลักเมตตาธรรมของพระพุทธศาสนาเถรวาทกับคริสต์ศาสนาที่มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตอย่างไร และการนำเอาเมตตาธรรมไปเสริมสร้างสันติภาพของบุคคลและสังคมอย่างไร

๑.๕ กรอบแนวคิดในการทำวิจัย



๑.๖ คำจำกัดความในการวิจัย

๑.๖.๑ เมตตาธรรมในพระพุทธศาสนา หมายถึง ความรักใคร่ กิริยาที่รักใคร่ ภาวะที่รักใคร่ในสัตว์ทั้งหลาย ด้วยจิตใจที่เท่าเทียมกันในสัตว์ทั้งหลายในที่ทั้งปวง

๑.๖.๒ เมตตาธรรมในคริสตศาสนา หมายถึง ความรักในพระเจ้าด้วยสุดใจสุดจิตและด้วยสิ้นสุดความคิดของเราและรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง

“หลักเมตตาธรรมหรือหลักความรัก” ผู้วิจัยมุ่งเน้นที่จะศึกษาในคัมภีร์พระไตรปิฎกของพระพุทธศาสนาเถรวาทและในพระคัมภีร์คริสตธรรม

๑.๗ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ก. เอกสารและหนังสือ

๑.๗.๑ พระพุทธโฆสเถระ^{๑๑} ผู้รจนาคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้อธิบายคำสอนของพระพุทธเจ้าในเรื่องเมตตาว่า การเจริญเมตตานี้ ความประสงค์หลักก็เพื่อที่จะให้สลัดละทิ้งเสียซึ่งความโกรธ ความเกลียดชัง ความอาฆาตทั้งหลาย ซึ่งเป็นบ่อเกิดความไม่สงบทั้งภายนอกและภายใน เป็นต้น และให้บรรลุถึงซึ่งขั้นตักคุณ เป็นจุดหมายหลักสำคัญ และได้อธิบายวิธีการในการที่จะนำเอาหลักเมตตาดารมมาสร้างสันติภาพแก่ตนเองและสังคมได้

๑.๗.๒ พระพุทธทาส อินทปญฺโญ^{๑๒} ได้เขียนไว้ในหนังสือ “คู่มือมนุษย์” กล่าวว่า การเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ตามที่ชนะของพุทธปรัชญาเถรวาทนั้น มนุษย์ต้องให้ทาน รักษาศีล เจริญสมาธิ ฝึกอบรมปัญญาให้เกิดมีขึ้นกับตัวเอง อันจะช่วยให้ชำระล้างกิเลสค่อยๆหายไป และได้พบอีกว่าศีลธรรมนี้เป็นข้อปฏิบัติขั้นพื้นฐานอันจะก่อให้เกิดประโยชน์สุขในโลกนี้และ ศีลธรรมและเมตตานี้มีความเกี่ยวข้องกัน เป็นคู่มือมนุษย์ในการที่จะได้พบพานสิ่งที่ดีในใจอันจะสร้างมนุษย์ให้มีจิตเมตตาต่อกันอันจะทำให้เกิดสันติภาพแก่ตนเองและสังคม

๑.๗.๓ พุทธทาส อินทปญฺโญ^{๑๓} ได้เขียนไว้ในหนังสือ “คริสธรรม พุทธธรรม” เพื่อกล่าวสอน พุทธศาสนิกชนและคริสตชนว่า การที่คนเราขาดไมตรีจิตต่อกัน มีความเห็นแก่ตัว ดูถูกเหยียดหยามซึ่งกัน มักเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดความขัดแย้งหรือทะเลาะในทางศาสนา สาเหตุหลักก็คือการไม่ผ่อนสั้นผ่อนยาวกันด้านความเชื่อ และชาวพุทธกับชาวคริสต์นั้น สามารถที่จะทำเพื่อประโยชน์ส่วนตัวและทำเพื่อมหาชนในการที่จะสร้างโลกใบนี้ให้สมบูรณ์ได้ โดยการเข้าใจซึ่งกันและกันในการใช้หลักเมตตาดารมในวิถีชีวิตสังคมโลกใบนี้ และการเข้าถึง เข้าใจ ของการมีไมตรีจิตต่อกันในการสร้างสันติภาพ

^{๑๑} พระพุทธโฆสเถระ รจนา, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อจ อาสภมหาเถร) แปล, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๑).

^{๑๒} พุทธทาส อินทปญฺโญ, คู่มือมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทพิมพ์ดีการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๒).

^{๑๓} พุทธทาส อินทปญฺโญ, คริสธรรม พุทธธรรม, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันบันลือธรรม, ม.ป.ป.).

๑.๗.๔ พระอาจารย์ ดิช นัท อันห์^{๔๔} ได้เขียนไว้ในหนังสือ “เมตตาภาวนา คำสอนว่าด้วยรัก” ว่าจิตที่มีรักมีเมตตาสามารถที่จะนำมาซึ่งความสงบสันติ ความร่าเริง และความสุขให้กับตัวเราเองและผู้อื่นได้ ความกรุณาและความรักนั้นถือว่าเป็นดอกไม้ที่สวยงามที่สุด ผู้ที่ตระหนักรู้ถึงจิตแห่งรักคือเมตตา ก็คือผู้ที่เข้าถึงสภาวะธรรมที่แท้จริง และเมตตาภาวนานี้ก็คือการมีไมตรี การตั้งใจและปรารถนาให้ผู้อื่นสุข และเมตตาภาวนานี้เป็นธรรมะที่สอนให้รู้ว่าอะไรที่ควรทำและไม่ควรทำเพื่อคนอื่นมีความสุข การทำเมตตาภาวนาจะนำมาซึ่งความมหัศจรรย์ นั่นก็คือการสร้างสันติภาพต่อเองและผู้อื่นนั่นเอง

จากการได้ศึกษาหนังสือคำราชของท่านเหล่านี้ซึ่งเป็นผู้รู้ผู้แตกฉานทางพระพุทธศาสนา ท่านได้อธิบายเรื่องเมตตาธรรมและเสนอแนวคิดวิธีการต่าง ๆ อันจะก่อให้เกิดประโยชน์ในการที่จะสร้างความเข้าใจที่ดีต่อกันอันเกี่ยวข้องกับการหลักเมตตาแล้ว ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาวิเคราะห์ความคิดหลักการต่างๆ ในการนำเมตตาธรรมมาใช้ มาประยุกต์ และบูรณาการเพื่อความเข้าใจที่ดีต่อกันระหว่างหลักเมตตาธรรมของพุทธกับคริสต์ในการที่สร้างความร่วมมือร่วมใจในการที่จะทำให้สังคมโลกมีความสงบความสุขด้วยกันยั่งยืนต่อไป

๑.๗.๕ พระสันตะปาปา ยอห์น ปอล ที่ ๒^{๔๕} ได้เขียนไว้ในหนังสือ “ครอบครัวคริสตชนในโลกปัจจุบัน” พระองค์ตรัสถึง ความรักว่าเป็นการอุทิศตนเอง ชีวิตครอบครัวก็คือการอุทิศความรักต่อกัน การเอาใจใส่ต่อบุคคลภายในนั่นเอง และ ครอบครัวนี้เองที่จะต้องสร้างความรักความมีเมตตาต่อกัน อันเป็นหัวใจหลักของการจะสร้างความสงบให้แก่บ้านเมืองเพราะครอบครัวนั้นเป็นแหล่งแห่งความรักขั้นต้น เป็นความรักอันซื่อสัตย์ที่ต้องมีต่อกัน อันจะนำไปก่อให้เกิดสันติภาพต่อตนเองและผู้อื่น

๑.๗.๖ บาทหลวง ฟรังซิส ไรส์ ซดบ.^{๔๖} ได้เขียนไว้ในหนังสือ “พระหฤทัยของพระเยซูเจ้า: มิติเชิงเทววิทยา” อธิบายความรัก ความเมตตาว่า เป็นหลักธรรมที่สูงที่สุด เป็นรากฐานที่มั่นคงที่สุดของความยุติธรรมและความสมบูรณ์ เป็นบ่อเกิดสูงสุดของการสร้างสันติภาพและการ

^{๔๔} ดิช นัท อันห์, เมตตาภาวนา คำสอนว่าด้วยรัก, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร:สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง), ๒๕๔๑.

^{๔๕} พระสันตะปาปา ยอห์น ปอล ที่ ๒, ครอบครัวคริสตชน ในโลกปัจจุบัน, คณะกรรมการส่งเสริมชีวิตครอบครัว แปล, (กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., ค.ศ. ๑๙๘๔).

^{๔๖} ฟรังซิส ไรส์ ซดบ, พระหฤทัยของพระเยซูเจ้า: มิติเชิงเทววิทยา, จัดพิมพ์โดยคณะภคินีพระหฤทัยของพระเยซูเจ้าแห่งกรุงเทพฯ, (กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., ค.ศ. ๒๐๐๗).

สร้างความสงบสุขที่แท้จริง และการแสดงออกถึงความรัก ความเมตตาที่ถูกต้องนั้น ต้องเป็นความรักที่มีมิตรภาพต่อกันเป็นหลัก ดังเช่นความรักของพ่อกับแม่ที่มีต่อลูก

๑.๗.๗ บาทหลวงวุฒิชัย อ่องนาวา^{๑๑} ได้เขียนในหนังสือ “มนุษย์ ภาพลักษณ์ของพระเจ้า” อธิบายว่า การที่จะพัฒนาต้องดำเนินตามหลักศีลธรรม ต้องให้มนุษย์รู้ถึงสิ่งที่ผิดชอบชั่วดี ต้องอยู่บนพื้นฐานของศีลธรรม หลักการพัฒนาที่คตินั้นต้องมุ่งส่งเสริมให้มนุษย์มีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนสมาชิกในสังคม กล่าวคือ การพัฒนาที่แท้จริงจะต้องมีพื้นฐานอยู่บนความรักในพระเจ้าและเพื่อนมนุษย์และต้องช่วยส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างปัจเจกบุคคลกับสังคม

จากการได้ศึกษาหนังสือตำราของท่านเหล่านี้ที่ได้เสนอแนวคิดวิธีการต่างๆ อันจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่างๆ ในการที่จะสร้างความเข้าใจที่ติดต่อกันอันเกี่ยวข้องกับการหลักแห่งความรักแล้ว ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาวิเคราะห์ความคิดหลักการต่างๆ ในการเอาหลักเมตตาธรรมในคริสตศาสนา มาวิเคราะห์ มาประยุกต์ และบูรณาการเพื่อความเข้าใจที่ติดต่อกันระหว่างชาวพุทธกับชาวคริสต์ในการที่สร้างความร่วมมือร่วมใจในการที่จะทำให้สังคมโลกเกิดสันติภาพและมีความสงบสุขร่วมกันอย่างยั่งยืนต่อไป

ข. วิทยานิพนธ์

๑.๗.๘ พระครูบรรลิกขการ (บุญเสริม ชนะฤทธิ์)^{๑๒} ได้ศึกษาเปรียบเทียบ “พุทธจริยาวัตร กับพระจริยาวัตรของพระเยซูคริสต์” พบว่า ผู้วิจัยได้อธิบายจริยาวัตรขององค์ศาสนานั้นว่ามีเป้าหมายหลักอยู่ที่ต้องการให้คนทุกคนเป็นคนดี มุ่งเน้นสันติภาพและสันติสุขต่อมวลมนุษย์ นับจำเดิมแต่การเริ่มมีศาสนา โดยอาศัยพระจริยาวัตรของของแต่ละศาสนา ที่สอนให้มีจิตสำนึกมุ่งคงอยู่ในกุศลสุจริต และในความเมตตาการุณ เห็นว่าศาสนาพุทธกับศาสนาคริสต์ย่อมสั่งสอนให้บุคคลประพฤติปฏิบัติแต่ในทางที่ถูก ที่ชอบ ที่เป็นประโยชน์ ให้ไฝหาคความสงบสุขความผ่องใสให้ชีวิต สร้างความเป็นมิตรต่อกัน แผ่ไมตรีแก่กันด้วยเมตตาจิตและความจริงใจบริสุทธิ์ใจ มิให้ดูแลตนเบียดเบียนผู้ถือสัญชาติและศาสนาอื่น อันจะเป็นเหตุ นำความแตกร้างและความรุนแรงเดือดร้อนมาให้ เป็นต้น

^{๑๑} บาทหลวงวุฒิชัย อ่องนาวา, มนุษย์ ภาพลักษณ์ของพระเจ้า, (นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม), ๒๕๕๐.

^{๑๒} พระครูบรรลิกขการ (บุญเสริม ชนะฤทธิ์), “พุทธจริยาวัตร กับพระจริยาวัตรของพระเยซูคริสต์”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตมหาวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๗.

๑.๗.๕ นางสาวณัฐมา ชันดิธรรมกุล^{๑๕} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาความรักในพระพุทธศาสนา” พบว่า ความรักนั้นทำให้เกิดแรงบันดาลใจและเป็นพลังที่อยู่ภายในใจของมนุษย์สัตว์ นอกจากนี้ความรักยังมีบทบาทสำคัญในชีวิตมนุษย์ ก่อให้เกิดความเสมอภาค ความยุติธรรม ความสงบสุข ดังนั้น ความรักจึงเป็นรากฐานของการอยู่ร่วมกันของมวลมนุษยชาติ

จากการได้ศึกษางานวิจัยดังกล่าวที่ได้เสนอแนวคิดวิธีการต่างๆ อันจะก่อให้เกิดประโยชน์ในการที่จะสร้างความเข้าใจที่ดีต่อกันอันเกี่ยวข้องกับการหลักเมตตาแล้ว ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาวิเคราะห์ความคิดหลักการต่างๆ ในการนำเมตตาธรรมมาใช้ มาวิเคราะห์ ประยุกต์ และบูรณาการเพื่อความเข้าใจที่ดีต่อกันระหว่างหลักเมตตาธรรมของพุทธกับคริสต์ในการสร้างความร่วมมือร่วมใจที่จะทำให้สังคมโลกมีความสงบสุขด้วยกันยั่งยืนต่อไป

๑.๘ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้วิธีการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินการวิจัยดังต่อไปนี้

๑. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับหลักเมตตาธรรมจากคัมภีร์ทางศาสนา ดังนี้

๑. เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา และพระคัมภีร์คริสต์ธรรม ทั้งที่เป็นภาษาไทยและภาษาต่างประเทศ

๒. เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ งานวิจัย หนังสือ และบทความที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยจะใช้หลักฐานเหล่านี้มาสนับสนุน เพื่อหาข้อสรุปและเรียบเรียงเสนอผลการวิจัย

๒. ประมวลและรวบรวมข้อมูลทั้งจากส่วนการศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยต่างๆ นำข้อมูลมา วิเคราะห์ ประยุกต์และบูรณาการเพื่อให้เกิดองค์ความรู้ที่เหมาะสมในด้านการใช้หลักเมตตาธรรมในการพัฒนาสร้างเสริมจิตใจของตนเอง และผู้อื่นและเพื่อให้เกิดความสันติภาพในสังคมให้เจริญสุขต่อไป

๓. สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะจากการศึกษา

^{๑๕} ณัฐมา ชันดิธรรมกุล, “การศึกษาความรักในพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตมหาวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๓.

๑.๕ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ๑.๕.๑ ทำให้ทราบหลักเมตตาศรรณที่ถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนากับคริสตศาสนา
- ๑.๕.๒ ทำให้ทราบถึงหลักเมตตาศรรณที่มีความสัมพันธ์กับวิถีชีวิต
- ๑.๕.๓ ทำให้ทราบหลักเมตตาศรรณตามแนวศาสนาทั้งสองที่ถูกต้อง เหมาะสมกับตนเองและผู้อื่น และสามารถนำมาปฏิบัติได้จริงเพื่อสร้างสันติภาพให้เกิดขึ้นกับสังคม

บทที่ ๒

หลักเมตตาธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

“หลักเมตตาธรรม” ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนามาจากคำสอนของพระพุทธเจ้าที่เป็น “พรหมวิหารหรืออัปมัณฺญา และหมวดเมตตสูตร เมตตากถา เมตตากาถา” กล่าวถึงข้อความที่เขียนไว้ในพรหมวิหารหรืออัปมัณฺญาว่า “ความรักใคร่ กิริยาที่รักใคร่ ภาวะที่รักใคร่ ในสัตว์ทั้งหลาย”^๑ กล่าวถึงข้อความที่เขียนไว้ใน เมตตสูตร เมตตากถา เมตตากาถา โดยย่อว่า “ควรแผ่และเจริญเมตตาในสัตว์ทั้งหลาย” เน้นให้คนเราเจริญและแผ่ความความรักความปรารถนาดีในมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายโดยไม่มีขอบเขต เป็นความรักที่ทำให้เกิดสันติภาพแก่สัตว์ทั้งปวงเป็นหลักธรรมอย่างแท้จริงในการกำจัดความชั่วต่างๆ ที่มีอยู่ในตัว มีความโกรธ เป็นต้น และเป็นบ่อเกิดของบุญกุศลต่างๆ แก่ผู้ประพฤติปฏิบัติในการเข้าถึงโลกสวรรค์อันมีพระนิพพานเป็นที่สุด

๒.๑ ความหมายของหลักเมตตาธรรม

๒.๑.๑ ความหมายของเมตตาธรรมในพระไตรปิฎก

ในพระวินัยปิฎก เล่มที่ ๗ กล่าวถึงเรื่องเมตตาไว้ในหมวดขุททกวัตถุตอนหนึ่งว่าด้วยวิธีแผ่เมตตาแก่สรรพสัตว์ว่า “เราขอมีเมตตาต่ออรหุณฺยทั้ง ๔ เราขอมีเมตตาต่อเหล่าสัตว์ไม่มีเท้า มีเท้าสอง มีเท้าสี่และหลายเท้าทั้งหลาย”^๒ และอีกตอนหนึ่งว่า “ขอสรรพสัตว์ที่มีลมหายใจ ขอสรรพสัตว์ที่ยังมีชีวิตทั้งมวล จงประสบกับความเจริญ ความเลวร้ายอย่าได้มาแผ้วพานสัตว์ใดๆ เลย”^๓

เป็นวิธีแผ่ความรักแก่สัตว์ทั้งปวง นอกจากนั้นมีเนื้อความประกอบการประพฤติเมตตาทางกาย วาจา และใจ เรียกว่า “ศีลหรือข้อวัตรปฏิบัติ” ดังปรากฏว่า “ภิกษุผู้จงใจพรากกายมนุษย์เสียจากชีวิตย่อมไม่เป็นสมณะไม่เป็นเชื้อสายศากยบุตร”^๔ เป็นต้น

^๑ อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๖๔๕/๔๒๕.

^๒ คุรยละเอียดเพิ่มใน วิ.จ. (ไทย) ๗/๒๕๑/๑๕.

^๓ วิ.จ. (ไทย) ๗/๒๕๑/๑๕.

^๔ วิ.ม. (ไทย) ๑/๑๗๒/๑๔๒.

กล่าวได้ว่า เมตตาธรรมในพระวินัยปิฎกนั้นมีความหมายออกมาเป็นรูปธรรม ๒ ประการ คือ ๑. การแผ่ความรักต่อสัตว์ทั้งหลาย ๒. การเจริญเมตตาโดยการรักษาศีลหรือข้อวัตรปฏิบัติทั้งหมด เพราะศีลหรือข้อวัตรปฏิบัติมีหลักเมตตาธรรมอยู่ในตัว เช่น ในหมวดปาราชิก ๔ และศีล ๕ มีการห้ามฆ่ามนุษย์ ห้ามลักขโมย ห้ามพุดปด ห้ามหลอกชาวบ้าน เป็นต้น ดังนั้น ผู้วิจัยเห็นว่า การแผ่และเจริญความรัก โดยการไม่ทำความชั่วทางกาย วาจา ใจในสัตว์ทั้งปวง และการรักษากาย วาจา ใจให้สงบเรียบร้อย ถือว่าเป็นความหมายของหลักเมตตาธรรมในพระวินัยปิฎก

ในพระสูตรตันตปิฎก เล่มที่ ๒๕ กล่าวเรื่องเมตตาไว้ในหมวดเมตตสูตรว่าด้วยการแผ่เมตตาตอนหนึ่งความว่า “อนึ่ง ควรแผ่เมตตาจิตอย่างไม่มีประมาณ กว้างขวาง ไม่มีเวร ไม่มีศัตรู ไปยังสัตว์โลกทั้งหมด ทั้งชั้นบน ชั้นล่าง และชั้นกลาง”^๕

ในหมวดเมตตากถาในสุตตปิฎกกล่าวด้วยเรื่องการเจริญเมตตาตอนหนึ่งความว่า “ผู้มีเมตตาในสัตว์ทุกหมู่เหล่า จะไม่ฆ่าเอง ไม่ใช้ให้ผู้อื่นฆ่า ไม่ชนะเอง ไม่ใช้ให้ผู้อื่นชนะ ไม่มีเวรกับใครๆ”^๖

ในพระสูตรตันตปิฎก เล่มที่ ๓๑ กล่าวเรื่องเมตตาไว้ในหมวดเมตตากถาว่าด้วยเมตตาตอนหนึ่งว่า “ผู้เจริญเมตตาแผ่ความรักไปสู่สัตว์ทั้งปวงด้วยอาการ ๘ อย่างนี้ คือ

๑. ด้วยเว้นความบีบบังคับ ไม่บีบบังคับสัตว์ทั้งปวง
๒. ด้วยเว้นการฆ่า ไม่ฆ่าสัตว์ทั้งปวง
๓. ด้วยเว้นการทำให้เดือดร้อน ไม่ทำสัตว์ทั้งปวงให้เดือดร้อน
๔. ด้วยเว้นความขี้ขี้ ไม่ขี้ขี้สัตว์ทั้งปวง
๕. ด้วยเว้นการเบียดเบียน ไม่เบียดเบียนสัตว์ทั้งปวง
๖. ขอสัตว์ทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร อย่าได้มีเวรกัน
๗. จงเป็นผู้มีสุข อย่ามีทุกข์
๘. จงมีตนเป็นสุข อย่ามีตนเป็นทุกข์

เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่าเมตตา”^๗

กล่าวได้ว่า เมตตาธรรมในพระสูตรตันตปิฎก หมายถึง ความรักในสัตว์ทั้งปวง มี ๒ ประการ คือ ๑. การแผ่ความรักในสัตว์ทั้งหลายมีการอธิฐานให้มีความสุข ๒. การเจริญความรักในสัตว์ทั้งหลายมีการเว้นจากการไม่ทำให้สัตว์ทั้งหลายเดือดร้อน

^๕ พ.พ. (ไทย) ๒๕/๘/๒๒.

^๖ พ.พ. (ไทย) ๒๕/๒๓/๓๗๔.

^๗ พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๓/๔๖๓.

ในพระอภิธรรมปิฎก วิกังค์ เล่มที่ ๓๕ มีอรรถาธิบายเมตตาไว้ในอัปมัญญาวิกังค์ ตอนหนึ่งความว่า “ความรักใคร่ กิริยาที่รักใคร่ ภาวะที่รักใคร่ในสัตว์ทั้งหลาย เมตตาเจโตวิมุตติ นี้เรียกว่า เมตตา”^๔

กล่าวได้ว่า เมตตาธรรมในพระวินัยปิฎก หมายถึง ความรัก การแสดงความรัก การความมีในสัตว์ทั้งหลาย ด้วยจิตเสมอกันในสัตว์ทุกหมู่เหล่าในที่ทั้งปวง

สรุปความหมายในพระไตรปิฎกได้ว่า “หลักเมตตาธรรม” หมายถึง การแผ่ความรัก และการเจริญความรักในสัตว์หลายทั้งปวง ด้วยจิตเสมอกันในสัตว์ทั้งหลายในที่ทั้งปวง เป็นความรักที่เกิดจากจิตที่ปราศจากกิเลสก่อรูปเป็นรูปธรรมที่มุ่งหวังให้สรรพสัตว์ทั้งหลายมีความรัก ความปรารถนาดีต่อกัน แสดงว่า เมตตาในพระพุทธศาสนานั้นเปรียบเสมือนน้ำบริสุทธิ์สำหรับชำระสิ่งสกปรก คือ ความโลภ ความหลง ความโกรธ เปรียบเสมือนน้ำที่ไหลไปตามแม่น้ำลาลองชำระสิ่งสกปรกทุกอย่างที่ไหลผ่านโดยไม่เลือก คือ ไม่เลือกกว่าคนรวย คนจน เปรียบเสมือนสายฝนที่ตกโปรยปราย ทำให้พื้นแผ่นดินเย็นชุ่มฉ่ำดับความร้อนโดยไม่เลือกสถานที่ คือ ไม่เลือกกว่าอยู่ใกล้หรือไกล เปรียบเสมือน พระจันทร์ พระอาทิตย์ ที่ส่องแสงสว่างไปทั่วไม่มีเลือกขอบเขต เป็นต้น เพราะ “เมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนโลก”^๕ ฉะนั้น เมตตาในพระพุทธศาสนาไม่มีขอบเขต แผ่ไปในเบื้องบน ท่ามกลาง และเบื้องต่ำ ฉะนั้น

๒.๑.๒ ความหมายของเมตตาในทรรศนะของผู้รู้และพระอรธกถาจารย์ทั้งหลายทางพระพุทธศาสนา

พระพุทธโฆสเถระ ได้ให้ความหมายของคำว่า “เมตตา” ไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า เมตตา หมายถึง มีอันเป็นไปโดยอาการประพฤตีสัตว์ที่เป็นประโยชน์แก่สัตว์ทั้งหลายเป็นลักษณะ มีอันน้อมนำเข้ามาซึ่งสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่สัตว์ทั้งหลายเป็นกิจ มีอันกำจัดซึ่งความอาฆาตเป็นผลปรากฏ มีอันได้เห็นภาวที่น่าเจริญใจของสัตว์ทั้งหลายเป็นบรรทัดฐาน มีความสงบแห่งพยายามเป็นสมบัติ มีการเกิดความหวังใจด้วยศรัทธาเป็นความวิบัติของเมตตา^๖

^๔ อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๖๔๓/๔๒๗.

^๕ สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, **พุทธศาสนสุภาษิต เล่ม ๑**, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๓๕), หน้า ๕๖.

^๖ พระพุทธโฆสเถระ รัตน, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปลและเรียบเรียง, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๕๖๘.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายไว้ในหนังสือพจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรมว่า เมตตา หมายถึง ความรัก ความปรารถนาดีอยากให้เขามีความสุข มีจิตอันแผ่ไมตรีและคิดประโยชน์แก่มนุษย์และสัตว์ทั่วหน้า^{๑๑}

ส่วน“ความรัก” ในทัศนะของผู้รู้และอรรถกถาจารย์ทั้งหลายท่านอื่นมีนัยต่างกันดังนี้

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงปู่ปัญญาันทกิกขุ) ได้เขียนหนังสือเรื่อง “อยู่กันด้วยความรัก” คือ การอยู่ด้วยการมีความรัก ต้องรักหน้าที่ รักครอบครัว รักประเทศชาติ ไม่ว่าเราจะอยู่ในฐานะใดต้องรักสิ่งนั้น ต้องบูชาสิ่งนั้น ด้วยความเสียสละ อคทน เป็นต้น^{๑๒}

พระศรีกัมภีรญาณ (สมจินต์ สมมาปญฺโญ) ได้กล่าวถึง “ความรัก” ไว้ในหนังสือ “ฉันทเข้าใจสรรพสิ่งเพราะฉันทรัก” เป็นความหมายเชิงบวกว่า “ความรัก” เป็นความดีในตัวเอง เป็นความรู้สึก เป็นอารมณ์ เป็นกิริยาของจิตมนุษย์ รักแท้เกิดขึ้นที่ใจ เพราะเป็นคุณสมบัติของจิต คือ รักเป็นหนึ่งในเจตสิก ๕๒ สาระของความรักมีหนึ่งเดียว คือ ฉันทะ ความพอใจ ดังกล่าวนี้เป็นรูปแบบของความรัก^{๑๓}

สรุปความหมายของเมตตาในทรรศนะของท่านผู้รู้ทางพระพุทธศาสนาได้ว่า “เมตตา” มีอยู่ ๒ ส่วนด้วยกัน คือ

๑) ความรักแบบบริสุทธิ์ คือ ความรักที่ปราศจากกิเลส เป็นความรักแบบปรารถนาดี เป็นความรักแบบยั่งยืน เป็นความรักแบบให้อภัยซึ่งกันและกัน

๒. ความรักแบบมีต้นเหต คือ มีรากะ ฉันทะ เป็นเครื่องช่วยให้ความรักมีชีวิตชีวา อันนำไปสู่ความพอใจของแต่ละคน เป็นความรักแบบหวังสิ่งตอบแทน เป็นต้น

จากความหมายของเมตตาธรรมที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาและความหมายของความรักของท่านผู้รู้ในทางพระพุทธศาสนาที่ได้ให้ความหมายไว้ ทำให้ทราบว่าหลักเมตตาธรรมสามารถแบ่งความสำคัญได้ดังนี้ คือ ๑. ความมีเมตตาต่อตนเองและผู้อื่น ๒. การมีเมตตาต่อสรรพ

^{๑๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๘, (นนทบุรี : โรงพิมพ์พิมพ์การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๑๒๔.

^{๑๒} พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงปู่ปัญญาันทกิกขุ) , อยู่กันด้วยความรัก, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันสันติธรรม, ๒๕๕๒), หน้า ๒๒.

^{๑๓} พระมหาสมจินต์ วันจันทร์, ฉันทเข้าใจสรรพสิ่งเพราะฉันทรัก, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ กัลปพฤกษ์, ๒๕๔๘), หน้า ๑.

สัตว์ ๓. การสร้างความสงบและการละกิเลส ดังนั้น เมื่อบุคคลมีเมตตาต่อตนเอง ผู้อื่น และสรรพสัตว์ทั้งหลาย ย่อมก่อให้เกิดสันติสุขอย่างแท้จริงแก่ตนเอง ผู้อื่นและสัตว์โลก

จากข้อความทั้งหมดนั้นสรุปได้ว่า “หลักเมตตาธรรม” หมายถึง การเจริญและการแผ่ความรักในสัตว์ทั้งหลาย ด้วยจิตเสมอกันในสัตว์ทุกหมู่เหล่าในที่ทั้งปวง อันตั้งอยู่บนฐานความถูกต้องเที่ยงธรรม ไม่มีอกุศลจิต คือ อกติต่างๆ เข้าแทรก เป็นความรักที่ก่อให้เกิดความสงบสุขอย่างเดียว เป็นความรักที่สามารถเอาชนะกิเลสต่างๆ และเป็นความรักของการได้ไปสู่สุคติ มีดินแดนสวรรค์ อันนิพพานเป็นที่สุด เป็นต้น

เพราะฉะนั้นหลักเมตตาธรรมนั้นพระพุทธเจ้าจึงเปรียบเสมือนความรักหรือตัวแทนของการบำเพ็ญกุศลกรรม คือ การไม่เบียดเบียนต่อกันอันก่อให้เกิดความทุกข์ทางกาย ทางใจ ทางวาจา มีการจงล้างจงผลาญผู้เวรกันไม่มีที่สิ้นสุดดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสกาลว่า “ผู้ใดมีใจยินดีในความไม่เบียดเบียนตลอดทั้งวันและคืน และเป็นผู้มีส่วนแห่งเมตตาในสรรพสัตว์ ผู้นั้นย่อมไม่มีเวรกับใครๆ”^{๑๔} ดังนี้

๒.๒ ประเภทของเมตตาธรรม

ความรักนั้นมีหลายประเภท โดยเฉพาะความรักของมนุษย์นั้น มักเป็นความรักที่เจือด้วยกิเลสคือราคะ เป็นความรักที่หวังสิ่งตอบแทนซึ่งกันและกัน ความรักประเภทนี้มักทำให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมาในเมื่อไม่สมหวัง เช่นความรักของหนุ่มสาว เป็นความรักแบบหวังสิ่งตอบแทน เวลาใดที่คนรักทำตัวมีเสน่ห์น่ารัก เวลานั้นความรักใคร่ก็เบ่งบาน เวลาใดคนรักทำตัวไม่ดี เวลานั้นความรักใคร่ก็จะอับเฉาร่วงโรย ความรักแบบนี้มีสภาวะขึ้นลงตามปัจจัยเงื่อนไขภายนอก อันได้แก่กิริยาอาการของคนรักเป็นสำคัญ เมื่อใดเกิดความขัดแย้งกัน จะด้วยเหตุผลประการใดก็ตาม จะความสร้างความไม่พอใจให้กับฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง เมื่อนั้นความรักแบบนี้จะเปลี่ยนจากหน้ามือเป็นหลังมือ กลายเป็นความชิงชังอาฆาตเกลียดแค้น ดังที่ปรากฏเป็นข่าวมีเรื่องหึงหวงหรือฟ้องร้องกันในสังคม ดังนั้น ความรักแบบมีราคะเป็นตัวกำหนดนี้มีสาเหตุ ๒ ประการ ดังที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสว่า

ปุพฺพเว สนฺนิวาเสน ปจฺจุปฺปนฺนหิตฺเตน วา
 เวนฺตํ ชายเต เปมํ อุปลลิว ยโถทเก
 ความรักนั้นเกิดด้วยสาเหตุ ๒ ประการ คือ

^{๑๔} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๓๘/๓๔๑.

(๑) ด้วยการอยู่ร่วมกันในชาติปางก่อน

(๒) ด้วยการเกื้อกูลกันและกันในปัจจุบัน

เหมือนดอกกุบลเกิดในน้ำ^๕

ถือแม้ว่าความรักประเภทนี้จะมีราคาจะเป็นเครื่องกำกับแต่พระพุทธเจ้าก็ทรงแนะนำการนำเอาหลักเมตตาธรรมมาประยุกต์ใช้ มาบูรณาการ ทำความรักนี้ให้เป็นความรักของการอยู่ครองเรือนกับชีวิตคู่ให้เป็นความรักที่สมบูรณ์และยั่งยืนจนแก่ตาย คือ การมีความจริงใจ ซื่อสัตย์ ซื่อตรงต่อกัน, การข่มใจ ปรับตัว รู้จักควบคุมจิตใจของกันและกัน, การรู้จักอดทนต่อกัน, การรู้จักเสียสละ ช่วยเหลือ เอื้อเพื่อเอื้อแก่ต่อกัน, ที่เรียกว่า “ฆราวาสธรรม ๔ ประการ คือ สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ”^๖

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า ความรักที่กล่าวมาทั้งหมดนี้เป็นแบบอย่างของมนุษย์ ถือแม้ว่าจะเป็นความรักแบบมนุษย์ เมื่อเรานำหลักเมตตาธรรมมาใช้กับความรักประเภทนี้จะทำให้ชีวิตคู่ในครอบครัวนั้นมีความสุข กลายเป็นความรักที่จริง ซื่อสัตย์ต่อกันได้

ส่วนความรักที่บริสุทธิ์ คือ ความรักที่ปราศจากกิเลสตัณหาคือไม่มีราคะนั้น เรียกว่า “พระเมตตาของพระพุทธเจ้า” ซึ่งจะต้องเกิดจากการเข้าถึงธรรมของพระองค์ เพราะเป็นความรักที่แผ่ไปในสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง โดยถือว่าเป็นภาวะจิตที่เป็นกุศล ดิغام ไร้โรค โปร่งสบาย เกื้อกูลทั้งแก่ตนเองและผู้อื่นและสัตว์ทั้งหลาย ในทำนองเดียวกันนี้ เมื่อมองเห็นบุคคลอื่นและสัตว์อื่นมีสุขภาพดี แข็งแรง อยู่เป็นปกติสุขแล้ว เรามีจิตใจยินดีในการมีชีวิตดำรงอยู่ด้วยดีของผู้อื่นและสัตว์อื่น อยากให้เขาเป็นอยู่ดีแข็งแรง ปราศจากโรค มีความสุข จิตใจที่แผ่กว้างออกไปในผู้อื่นและสัตว์อื่น โดยไม่หวังสิ่งตอบแทนแก่ตัวเองอย่างนี้ คือ ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงเรียกว่าเมตตา^๗

ประเภทของหลักเมตตาธรรมที่ปรากฏเป็นคุณธรรม อาจจะไม่ระบุไว้โดยตรงในคัมภีร์เล่มใดเล่มหนึ่ง แต่ก็พอที่จะจำแนกได้ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกได้ ดังนี้

^๕ บุ.ชา.ทูก. (บาลี) ๒๗/๑๗๔/๖๘, บุ.ชา.ทูก. (ไทย) ๒๗/๑๗๔/๑๑๑.

^๖ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๔๖/๑๕๔.

^๗ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุง และขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมมิก, ๒๕๕๔), หน้า ๕๐๘.

๑. เมตตากายกรรม^{๑๘} หมายถึง จะทำสิ่งใดก็ทำด้วยเมตตา การตั้งเมตตากายกรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง^{๑๙} คือ ช่วยเหลือกิจธุระของผู้ร่วมคณะด้วยความเต็มใจ แสดงกิริยาอาการสุภาพ เคารพนับถือกัน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง^{๒๐} โดยเว้นจากทำความชั่ว คือ ๑. ไม่ฆ่าสัตว์ ๒. ไม่ลักทรัพย์ ๓. ไม่ประพฤติผิดในกาม

กล่าวได้ว่า เมตตากายกรรมนี้ นอกจากจะเป็นการแสดงออกถึงการมีไมตรีจิตที่ดีต่อกันแล้ว ยังรวมไปถึงการประพฤติธรรม คือ รักษาศีล มีการไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ไม่ลักทรัพย์ของผู้อื่น และไม่ประพฤติล่วงกามกับผิวเมียชาวบ้านเขา เป็นต้น

๒. เมตตาวาจากรรม หมายถึง จะพูดสิ่งใดก็พูดด้วยเมตตา การตั้งเมตตาวาจากรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง^{๒๑} คือ ช่วยบอกแจ้งสิ่งที่เป็นประโยชน์ สั่งสอน แนะนำ ตักเตือนด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพ แสดงความเคารพนับถือกัน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง^{๒๒} โดยเว้นจากกล่าวชั่ว คือ ๑. ไม่พูดส่อเสียด ๒. ไม่พูดคำหยาบ ๓. ไม่พูดเพื่อเจ้อ

กล่าวได้ว่า เมตตาวาจากรรมนี้ นอกจากจะเป็นการแสดงออกถึงการมีวาจาที่ดีต่อกันแล้ว ยังรวมไปถึงการประพฤติธรรม คือ รักษาศีลมีการไม่พูดเท็จหลอกลวงผู้อื่น มีการไม่พูดส่อเสียด ทำให้ผู้อื่นแตกความสามัคคีกัน มีการไม่พูดคำหยาบคายไม่น่าฟังทำให้เกิดโทสะ มีการไม่พูดเพื่อเจ้อให้เขาสงสัยหว่านกระจาย เป็นต้น

๓. เมตตามโนกรรม หมายถึง จะคิดสิ่งใดก็คิดด้วยเมตตา การตั้งเมตตามโนกรรม ในเพื่อนพรหมจรรย์ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง^{๒๓} คือ ตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กัน^{๒๔} โดยเว้นจากคิดชั่ว คือ ๑. ไม่คิดอยากได้สมบัติของผู้อื่น ๒. ไม่คิดผูกพยาบาท ๓. ไม่เห็นผิดจากทำนองคลองธรรม

^{๑๘} เมตตากายกรรม หมายถึง กายกรรมที่พึงทำด้วยจิตประกอบด้วยเมตตา และเมตตาวาจากรรม เมตตามโนกรรมก็มีอรรถาธิบายเช่นเดียวกันนี้; (อง.มก.อ.(บาลี) ๓/๑๑/๕๗).

^{๑๙} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๗๒/๒๑๖, ๑๑.มก.ก. (ไทย) ๒๒/๑๑/๔๒๖.

^{๒๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๘. (นนทบุรี : โรงพิมพ์พิมพ์การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๒๐๑.

^{๒๑} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๗๒/๒๑๖, ๑๑.มก.ก. (ไทย) ๒๒/๑๑/๔๒๖.

^{๒๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๐๑.

^{๒๓} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๗๒/๒๑๖, ๑๑.มก.ก. (ไทย) ๒๒/๑๑/๔๒๖.

^{๒๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๐๑.

กล่าวได้ว่า เมตตามโนกรรมนั้นนอกจากจะเป็นการแสดงออกถึงการปรารถนาดีต่อกันแล้ว ยังรวมไปถึงการประพฤติธรรม คือ การรักษาศีลมีกรรมไม่คิดแย่งทรัพย์สมบัติของผู้อื่น ไม่คิดผูกพยาบาทอาฆาตผู้อื่น เห็นชอบตามทำนองคลองธรรม เป็นต้น

สรุปได้ว่า หลักเมตตาธรรมที่ปรากฏเป็นคุณธรรม มี ๓ ประการ คือ (๑) การมีเมตตา กายกรรม ได้แก่ การประพฤติสุจริตทางกาย (๒) การมีเมตตา วาจากรรม ได้แก่ การประพฤติสุจริตทางวาจา (๓) การมีเมตตามโนกรรม ได้แก่ การประพฤติสุจริตทางใจ

การประพฤติสุจริตธรรมทั้ง ๓ ประการนี้ เป็นหลักธรรมที่ก่อให้เกิดเมตตาในจิตใจ และถือว่าเป็นการสร้างระดับเมตตาบารมีให้สูงขึ้นไปตามลำดับ ในคัมภีร์พระไตรปิฎกได้ระบุถึงลำดับขั้นหรือระดับการบำเพ็ญเมตตาบารมีไว้ในบารมี ๑๐ ทศ ดังนี้

๑. เมตตาบารมี หมายถึง การบำเพ็ญเมตตาบารมีขั้นทั่วไป คือ คุณความดีที่บำเพ็ญอย่างยิ่งยวด เพื่อบรรลุจุดหมายอันสูงยิ่ง^{๒๕} เช่น การมีเมตตาต่อสรรพสัตว์ทั้งและการไม่คิดร้ายต่อผู้ที่ประทุษร้ายตน

ดังชาดกเรื่องสุวรรณสามความโดยสังเขปมีดังนี้ พระสุวรรณสามถูกพระเจ้าปิลักษณ์ยิงด้วยลูกศร สุวรรณสามจึงกราบทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์เป็นบุตรของฤาษีจำศีลบำเพ็ญพรตอยู่ในป่าแห่งนี้มาเป็นเวลา ๑๐ กว่าปีแล้ว หม่อมฉันมาดื่มน้ำที่ลำธารนี้ทุกวัน เพื่อจะเอาไปให้บิดามารดาได้อาบและได้กิน เมื่อได้มาพบพระราชาในที่นี้นับว่าเป็นบุญนัก หม่อมฉันขอให้พระองค์ทรงมีพระชนมายุยืนยาวเถิด” พระเจ้าปิลักษณ์ทั้งสลดหดหู่พระทัย และทั้งละอายพระทัยยิ่งนักทรงตรัสต่อไปว่าเรายังถูกเจ้าเช่นนี้ เจ้ามิโกรธเคืองเราเลยหรือ สุวรรณสามแม้จะเจ็บปวดพิษบาดแผลจากลูกศรที่ปักตรึงอยู่กลางอก แต่ก็พยายามกราบทูลอย่างนอบน้อมว่า ข้าพเจ้าไม่โกรธเคืองพระองค์หรอก การที่หม่อมฉันถูกยิงเช่นนี้ก็ฉันนับว่า เป็นกรรมของหม่อมฉันโดยแท้ หม่อมฉันไม่เคยเป็นห่วงในชีวิตของตนเอง เป็นห่วงแต่บิดามารดาเท่านั้น เพราะว่าท่านทั้งสองดาบอด ท่านจะดำรงชีวิตสืบต่อไปได้อย่างไร ท่านคงลำบาก พระเจ้าปิลักษณ์จึงทรงอธิบายว่า ด้วยเมตตาของพระสุวรรณสามที่มีต่อสรรพสัตว์และมีความกตัญญูทวดที่ต่อพ่อแม่ฉัน ขอให้พระ

^{๒๕} พระเทพเวที (ประยูร ธมฺมปญฺโญ), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์ปริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๒๒), หน้า ๑๓๖.

สุวรรณสามหายเป็นปกติด้วยเทอญ มารดาบิดา นางเทพธิดา ที่อาศัยอยู่กันธมาทนต์ก็ได้อธิษฐานช่วย แล้วสุวรรณก็หายเป็นปกติ^{๒๖}

กล่าวได้ว่า เมตตาคารมี นอกจากจะเป็นการสร้างเมตตาให้ยิ่งยวดขึ้นไปแล้วยังรวมไปถึงการสร้างความสงบร่มเย็นในเกิดขึ้นในสังคม เพราะเมตตาคารมีนี่ถือเป็นหลักธรรมของการไม่จองเวรต่อกัน มีการให้อภัยซึ่งกันและกันเป็นหลัก

๒. เมตตาอุปบารมี หมายถึง การบำเพ็ญเมตตาคารมีชั้นรองสูงสุด คือ บารมีที่บำเพ็ญยิ่งกว่าบารมีตามปกติ แต่ยังไม่ถึงที่สุดที่จะเป็นปรมัตถบารมี เช่น สละอวัยวะเป็นทาน^{๒๗}

ดังชาดกเรื่องกัณห์ที่ปายนดาบส โดยสังเขปมีดังนี้ ในอดีตกาลมัทธัพพะดาบสเป็นสหายของกัณห์ที่ปายนดาบส ต่อมา มัทธัพพะดาบสถูกใส่ร้ายว่าขโมยของ พระราชาส่งลงโทษเขาด้วยการเสียบหลาว ครั้งนั้น ที่ปายนดาบสคิดว่า เราไม่ได้พบสหายนานแล้ว จึงมาสำนักของท่านมัทธัพพะดาบส ได้ฟังข่าวในระหว่างทางในวันนั้นเองว่ามัทธัพพะดาบสถูกหลาวเสียบ ก็ไป ณ ที่นั้นแล้วยืนอยู่ ณ ส่วนข้างหนึ่งถามว่า เพื่อน ท่านได้ทำผิดอย่างไรหรือ เมื่อดาบสนั้นตอบว่า เราไม่ได้ทำผิด จึงถามว่า ท่านอาจจะรักษาใจตนไม่ให้มีความขุ่นเคืองได้หรือไม่ มัทธัพพะดาบสตอบว่า เพื่อน เรามีใจขุ่นเคืองต่อผู้ที่จับเราส่งพระราชาเลย ที่ปายนดาบสกล่าวว่า เมื่อเป็นเช่นนั้นร่มเงาของผู้มีศีลเช่นท่านก็ย่อมเป็นสุขสำหรับเรา แล้วเข้าไปนั่งฟังหลาวอยู่ หยาดโลหิตที่ออกจากตัวมัทธัพพะดาบสก็หยดลงต้องที่ปายนดาบส หยาดโลหิตเหล่านั้นหยดลงที่ศีรษะอันมีศีลคูทอง แล้วก็แห้งคาไปทั้งตัว กัณห์ที่ปายนดาบส ก็นั่งฟังหลาวนั้นเองตลอดคืนยังรุ่งเพื่อช่วยรักษาสหาย เมื่อพระราชาผู้ว่าก็ได้ขอขมาลาโทษและให้ปล่อยมัทธัพพะดาบส

ต่อมา กุมารชื่อว่า ชัญญุทัตถกุมารลูกชายของเพื่อนดาบสถูกงูกัดใกล้ตาย กัณห์ที่ปายนดาบสจึงได้ทำสังฆวาจาว่า “อาตมาต้องการบุญ มีจิตเลื่อมใส ประพฤติพรหมจรรย์อยู่ได้เพียง ๗ วันเท่านั้น ต่อแต่นั้น แม้จะไม่พอใจประพฤติพรหมจรรย์ ก็ยังประพฤติมาเกิน ๕๐ ปี ด้วยสังฆวาจา นี้ ของงมีความสวัสดิ ขอพิษจงคลาย ขอชัญญุทัตถกุมารจงรอดชีวิต” ดังนี้แล้วพิษก็หายไปทำให้เด็กรอดตาย^{๒๘}

^{๒๖} คุรยละเอียดใน พุ.ชา.ม. (ไทย) ๒๘/๒๕๖-๔๒๐/๒๕๕-๒๕๕.

^{๒๗} พระเทพเวที (ประยูรค์ ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๔๒๕.

^{๒๘} คุรยละเอียดใน พุ.ชา.ทสก. (ไทย) ๒๗/๖๒-๗๑/๓๓๒-๓๓๔.

กล่าวได้ว่า เมตตาอุปการมี นอกจากจะเป็นการสร้างเมตตาให้ยิ่งยวดสูงขึ้นไปแล้ว ยังรวมไปถึงการสร้างความสงบร่มเย็นในเกิดขึ้นกับสังคม เพราะเมตตาอุปการมีนี้เป็นหลักธรรมของการเสียดละความสุขส่วนตัว เป็นการสร้างความสามัคคี มีความจริงใจต่อกัน

๓. เมตตาปรมัตถบารมี หมายถึง การบำเพ็ญเมตตาบารมียอดเยี่ยมบารมีระดับสูงสุดสูงกว่าอุปการมี เช่น การสละชีวิตเป็นทาน^{๒๙}

ดังชาดกเรื่องพระเจ้าเอกราชความโดยสังเขปมีดังนี้ ในอดีตกาล พระราชาพระนามว่าเอกราช แห่งกรุงพาราณสี พระองค์ทรงอริยฐานและรักษาศีลอันบริสุทธิ์ยิ่งปกครองแผ่นดินใหญ่สมათานกุศลกรรมบถ ๑๐ พระองค์ทรงประพฤติโดยไม่บกพร่อง สงเคราะห์มหาชนด้วยสังคหวัตถุ ๔ ประการ พระองค์เป็นผู้มีจิตประกอบด้วยคุณธรรมอันสูงส่ง อยู่มาคราวหนึ่ง พระเจ้าทัฬหเสนะ ผู้มีความโลภประจำสันดาน ยกกองทัพมาเพื่อแย่งชิงพระนคร ท้าวเธอทรงจับข้าราชการ ขวานิกม พร้อมด้วยทหาร พระเจ้าเอกราชทรงขอให้ท้าวเธอไว้ชีวิตประชาชนของพระองค์ สุดท้ายท้าวเธอได้อาพระองค์แขวนห้อยตัวลงที่กำแพง แต่พระเจ้าเอกราช ไม่ทรงโกรธเลย และยังแผ่เมตตาให้พระเจ้าทัฬหเสนะอีกจนทำให้พระเจ้าทัฬหเสนะกลับใจ และได้ขอกล่าวโทษพระเจ้าเอกราช ซึ่งพระเจ้าเอกราชก็ได้กล่าวตอบว่า “หม่อมฉันบรรเทาความสุขด้วยความทุกข์ และข่มความทุกข์ด้วยความสุข สัตบุรุษเช่นหม่อมฉันวางตนเป็นกลางในความสุขและความทุกข์เพราะมีความเยือกเย็นในภาวะทั้ง ๒ นั้น”^{๓๐}

กล่าวได้ว่า เมตตาปรมัตถบารมี นอกจากจะเป็นการสร้างเมตตาขั้นสูงสุดแล้วยังรวมไปถึงการสร้างความสงบร่มเย็นในเกิดขึ้นกับสังคมและประเทศ เพราะเมตตาปรมัตถบารมีนี้เป็นหลักธรรมของการยอมเสียดละชีวิต เพื่อดำรงไว้ซึ่งความถูกต้องอันนำมาซึ่งความสงบแก่สรรพสัตว์ทั้งหลาย

จากข้อความทั้งหมดสรุปได้ว่า “ประเภทของเมตตาธรรม” ในพระคัมภีร์ พระไตรปิฎกนี้มี ๒ ประการ คือ (๑)เมตตาธรรมที่เป็นคุณธรรม (๒) เมตตาธรรมที่เป็นระดับขั้นบารมี

เมตตาธรรมที่เป็นคุณธรรมนั้น มี ๓ ประการ คือ ๑. เมตตากายกรรม คือ จะทำสิ่งใดก็ทำด้วยเมตตา ๒. เมตตาวาจกรรม คือ จะพูดสิ่งใดก็พูดด้วยเมตตา ๓. เมตตาโมกรรม คือ จะคิดสิ่งใดก็คิดด้วยเมตตา

^{๒๙} พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๑๔๕.

^{๓๐} คุราลละเอียดใน ขุ.ชา.จตุกก. (ไทย) ๒๗/๑๒/๑๕๘.

เมตตาธรรมที่เป็นระดับบารมีนั้นมี ๓ ประการ คือ ๑. เมตตาบารมี คือ การบำเพ็ญบุญระดับเบื้องต้นมีความกตัญญูทวนเวียนต่อมารดาบิดาและผู้มีพระคุณทั้งหลาย ๒. เมตตาอุปปบารมี คือ การบำเพ็ญบุญระดับกลางมีการเสียสละอวัยวะให้กับผู้อื่นได้มีชีวิตรอดต่อไป ๓. เมตตาปรมัตตบารมี คือ การบำเพ็ญบุญระดับสูงสุด มีการสละชีวิตให้เป็นทานแก่สรรพสัตว์

กล่าวได้ว่า การจำแนกเมตตาธรรมในคัมภีร์พระไตรปิฎกนั้นก็เพื่อบอกแนวทางในการสร้างคุณดี สร้างความรักให้มีต่อสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง อันเป็นแนวทางในการสร้างความสงบสุขให้เกิดขึ้นกับตนเอง ผู้อื่น และสัตว์อื่น

๒.๑ เมตตาธรรมในฐานะเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา

หัวใจนั้นเป็นจุดศูนย์กลาง เหมือนร่างกายของมนุษย์นั้นมีใจเป็นส่วนบังคับส่วนต่างๆ ให้เคลื่อนไหว ทุกสิ่งบนโลกใบนี้ย่อมต้องมีจุดศูนย์กลางหรือที่เขาเรียกว่าจุดสำคัญ หัวใจนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญ การจะทำอะไรสักอย่างให้สำเร็จใจต้องมาก่อน คือ ต้องเชื่อมั่น ดังที่ปรากฏในเรื่องจักขุบาลเถระว่า “ธรรมทั้งหลาย มีใจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จแล้วด้วยใจ ดังนี้เป็นต้น”^{๑๑}

แม้ในความขัดแย้งต่างๆ โลกใบนี้ก็ต้องมีหลักธรรมะที่เป็นกลางที่จะนำไปแก้ปัญหาเหล่านั้นนั่นก็คือ การมีหลักเมตตาธรรม ถือว่าเป็นการแผ่และเจริญความรักในสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง ถือว่าเป็นหัวใจของหลักธรรมะต่างๆ ดังธรรมสุภาษิตที่กล่าวไว้ว่า โลโกปตมมุกิภา เมตตยา เมตตยาเป็นเครื่องค้ำจุนโลก^{๑๒}

ในพระธรรมคำสอนของพุทธศาสนานั้น พระพุทธเจ้าตรัสมีประมาณถึง ๘๐,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ แต่หัวใจของพระธรรมเหล่านั้น มีแค่หนึ่งเดียวเท่านั้น นั่นก็คือ พระโอวาทปาติโมกข์ ถือว่าเป็นหัวใจของการมีเมตตาธรรมอยู่ใจจิตใจ ในการเข้าถึงจุดมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา เพราะเป็นแก่นของหลักคำสอนทั้งหลายในพระพุทธศาสนา เป็นหลักธรรมะที่ทำให้พุทธบริษัทได้พึงปฏิบัติ มี ๓ ประการ

๑. การไม่ทำบาปทั้งปวง
๒. การทำกุศลให้ถึงพร้อม

^{๑๑} ดูรายละเอียดใน พ.ธ.อ. (ไทย) ๔๐/๑/๒/๑/๘.

^{๑๒} สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, พุทธศาสนสุภาษิต เล่ม ๑, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๓๕), หน้า ๕๖.

๓. การทำจิตของตนให้ผ่องแผ้ว^{๓๓}

๒.๓.๑ เมตตาของพระพุทธศาสนาที่แสดงออกถึงความเป็นหัวใจดังต่อไปนี้

๒.๓.๑.๑ เมตตาที่มีการไม่ทำบาปทั้งปวง” หมายถึง การเจริญและแผ่ความรักในสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง โดยการงดเว้นจากการทำความชั่วทั้งปวง ซึ่งได้แก่ อกุศลกรรมบถ ๑๐ ประการ อันเป็นทางแห่งความชั่วทางกาย ทางวาจาและทางใจ แบ่งออกเป็น ๓ หมวด เรียกว่า ทุจริต ๓ ประการ คือ

๑. กายทุจริต ได้แก่ การฆ่าสัตว์ การลักทรัพย์ การประพฤตินอกใจ

๒. วจิตุจริต ได้แก่ การพูดเท็จ การพูดส่อเสียด การพูดคำหยาบ การพูดเพ้อเจ้อ

๓. มโนทุจริต ได้แก่ การอยากได้สมบัติของผู้อื่น การผูกพยาบาท และความเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม^{๓๔}

การประพฤติกุศลทั้ง ๓ ประการนี้ถือได้ว่า เป็นการไม่มีเมตตาธรรมในสัตว์ทั้งหลาย พระพุทธเจ้าจึงได้สอนให้มนุษย์นั้นไม่ว่าจะทำอะไร พูดอะไร คิดอะไร ก็ให้ประกอบไปด้วยความมีเมตตาต่อกัน ดังนั้น การมีเมตตาอยู่ในจิตใจในทางพระพุทธศาสนานั้น เปรียบเสมือนการไม่ทำความชั่วทั้งปวงทางกาย วาจา ใจ ต่อสัตว์ทั้งหลาย เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงสอนให้คนเราสร้างความรักให้เกิดมีขึ้นต่อสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง

๒.๓.๑.๒ เมตตาการทำกุศลให้ถึงพร้อม หมายถึง การเจริญและแผ่ความรักในสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง โดยการทำแต่ความดีทั้งปวง ซึ่งได้แก่ กุศลกรรมบถ ๑๐ ประการ อันเป็นทางแห่งความดีทางกาย ทางวาจาและทางใจ แบ่งออกเป็น ๓ หมวด เรียกว่า สุจริต ๓ ประการ คือ

๑. กายสุจริต ได้แก่ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤตินอกใจ

๒. วจิตุสุจริต ได้แก่ ไม่พูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดเพ้อเจ้อ

๓. มโนสุจริต ได้แก่ ไม่อยากได้สมบัติของผู้อื่น ไม่ผูกพยาบาท และไม่เห็นผิดจากทำนองคลองธรรม^{๓๕}

^{๓๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๕๐/๕๐.

^{๓๔} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๑๓/๕๗๑.

^{๓๕} อจ.ตัก. (ไทย) ๒๐/๒/๑๔๑.

การประพาสสุจริตทั้ง ๓ ประการนี้ถือว่า มีเมตตาธรรมในสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง เมื่อทำลงไปแล้วย่อมก่อให้เกิดอานิสงส์ที่คิ่งามต่างๆ พระพุทธเจ้าจึงได้สอนให้มนุษย์นั้นไม่ว่าจะทำอะไร พุคะอะไร กิดอะไร ก็ให้ประกอบไปด้วยความมีเมตตาต่อกัน ดังนั้นการมีเมตตาอยู่ในจิตใจในทางพระพุทธศาสนานั้น เปรียบเสมือนการทำแต่ความดีทั้งปวงทางกาย วาจา ใจ ต่อสัตว์ทั้งหลาย เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสสอนให้มนุษย์มีความรักต่อสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง

๒.๓.๑.๓ เมตตามีการทำจิตของตนให้ผ่องแผ้ว หมายถึง การเจริญและแผ่ความรักในสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง โดยการทำจิตให้บริสุทธิ์ ให้ผ่องใส ให้ปราศจากสิ่งทำลายล้างความดี ซึ่งเรียกว่า นีวรณ อันเป็นเครื่องกั้นความดีทั้งหลาย หรือ ขัดขวางจิตไม่ให้บรรลุความดีมี ๕ ประการได้แก่

๑. กามฉันทนีวรณ นีวรณคือ ความพอใจในกาม
๒. พยาบาทนีวรณ นีวรณคือ ความคิดร้าย
๓. ถีนมิทชนีวรณ นีวรณคือ ความหดหู่และเชื่องซึม
๔. อุทธัจจกุกกัจจนีวรณ นีวรณคือ ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ
๕. วิจิกิจฉานนีวรณ นีวรณคือ ความลังเลสงสัย ^{๓๖}

การทำจิตให้บริสุทธิ์นี้ ถือว่า เป็นการทำจิตให้เกิดเมตตาอย่างหนึ่งในตนเอง เพื่อแผ่ไปถึงสัตว์อื่น พระพุทธเจ้าจึงได้สอนให้มนุษย์นั้นไม่ว่าจะทำอะไร พุคะอะไร กิดอะไร ก็ให้ประกอบไปด้วยความมีเมตตาต่อกัน ดังนั้น การมีเมตตาอยู่ในจิตใจในทางพระพุทธศาสนานั้น เปรียบเสมือนการทำจิตให้บริสุทธิ์ ต่อสัตว์ทั้งหลายในที่ทั้งปวง ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสสอนให้มนุษย์มีความรักต่อสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตบริสุทธิ์เสมอกันในที่ทั้งปวง

กล่าวได้ว่า พระพุทธเจ้าทรงสอนให้มนุษย์เรานั้น ให้เมตตาต่อกัน ไม่ว่า ศัตรู ญาติ มิตรสหาย รวมไปถึงสัตว์ทั้งหลาย พระองค์จึงได้บัญญัติสิกขาบทแก่มนุษย์ ให้มนุษย์นั้นละเว้นจากการทำลายล้างชีวิตซึ่งกันและกัน ดังนั้น บุคคลใดไม่ทำความชั่ว คือ ทุจริตทั้ง ๓ ประการ บุคคลนั้นย่อมได้ชื่อว่า เจริญและแผ่ความรักในสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง บุคคลใดทำแต่ความดี คือ สุจริตทั้ง ๓ ประการ บุคคลนั้นย่อมได้ชื่อว่าเจริญและแผ่ความรักในสัตว์ทั้งหลาย

^{๓๖} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๕/๓๐๑.

ด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง เมื่อบุคคลใดไม่ทำความชั่วทั้งปวง ทำแต่ความดี บุคคลนั้นย่อมมีจิตเมตตา มีจิตใจที่ผ่องใส ที่บริสุทธิ์ ในสัตว์ทั้งหลายในที่ทั้งปวง

สรุปได้ว่า เมตตาธรรมในฐานะเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนานั้น หมายถึง การเจริญ และการแผ่ความรักในสัตว์ทั้งหลาย ด้วยจิตเสมอกันในสัตว์ทั้งหลายในที่ทั้งปวง โดยการละเว้นจากความชั่วทางกาย วาจา ใจ ทั้งปวง การทำแต่ความดีทางกาย วาจา ใจ ทั้งปวง และการทำจิตใจให้บริสุทธิ์เสมอกันในสัตว์ทั้งปวงในที่ทุกแห่ง ทั้งหมดนี้ถือได้ว่า เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา

๒.๔ พระจริยาวัตรของพระพุทธเจ้า

พระจริยาวัตรของพระพุทธเจ้านั้น เป็นที่ทราบกันดีในชมพูทวีปว่า พระองค์เป็นผู้ที่มีพระจริยาวัตรงดงามในด้านต่างๆ คือ ๑. ทางกาย ทรงมีพระกิริยาอาการที่สำรวมเว้นจากการทำบาป ๒. ทางวาจา มีพระวาจาที่ไพเราะตรัสแต่คำที่เป็นประโยชน์ ๓. ทางใจ มีพระหทัยที่งดงามหวังความสุขแก่มวลมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย และทรงบำเพ็ญพุทธกิจต่างๆ ในการโปรดเวไนยสัตว์ให้พ้นทุกข์ ให้ได้รับประโยชน์ และความสุข ด้วยการเสด็จจาริกไปในชนบทข้างมัชฌิมชนบทข้าง ปัจฉิมชนบทข้าง ไม่ทรงถือพระทัยเลย ไม่ทรงรังเกียจใครๆ จนเป็นที่สรรเสริญของคนที่พบเห็นและไม่ได้พบเห็น

ดังที่ปรากฏในชาดกเรื่องหนึ่งว่าด้วยบุตรของพราหมณ์แก็มีความโดยสังเขปดังนี้ “สมัยหนึ่ง พราหมณ์คนหนึ่งได้ยกมรดกให้ลูกชาย ๔ คน พอตตนเองแก่ลง เรี่ยวแรงก็หมด ลูกชายก็ทอดทิ้ง ไม่เคยดูแล เอาใจใส่ ทำให้พราหมณ์ต้องเร่ร่อนขอเขากินอย่างลำบาก มีชีวิตต้อๆ อยากๆ วันหนึ่งหลังจากขอเขากินแล้ว ก็นั่งพักผ่อน แลดูตัวเองแล้วก็เศร้าใจ น้อยใจที่พึ่งลูกชายไม่ได้ จึงคิดว่า ได้ยินว่า พระสมณะโคดมเป็นผู้มีพระพักตร์ไม่สยิว มีพระพักตร์หงาย มีพระคำรัสอันนำมาซึ่งความสุข ทรงเป็นผู้ฉลาดในการปฏิสันถาร เมื่อพราหมณ์คิดอย่างนี้แล้วก็เข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้า พระองค์ได้ทรงช่วยเหลือโดยการปลอบใจและประทานพระคาถาทหนึ่ง หลังจากนั้นพราหมณ์ก็ได้กล่าวพระคาถานั้นในที่ประชุมแก่เหล่าพราหมณ์ซึ่งมีลูกชายของตัวเองอยู่ด้วย จนทำให้ลูกชายกลับเนื้อกลับตัวหันมาดูแลเอาใจใส่ ตั้งแต่นั้นมาพราหมณ์แก็ก็เลื่อมใสในพระพุทธเจ้า^{๓๖}

^{๓๖} คุรยละเอียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๓/๑/๒/๔/๒๓๔-๒๓๗.

พระพุทธเจ้านั้นพระองค์ทรงเห็นชีวิตของมนุษย์และสัตว์เดียรฉานทั้งหลายว่า มีความ
เสมอภาคกัน เป็นเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุขอย่างเดียวกับเรา ดังที่พระองค์ตรัสไว้ว่า
สัตว์ทุกประเภท ย่อมสะดุ้งกลัวโทษทัณฑ์

สัตว์ทุกประเภท ย่อมรักชีวิต

บุคคลนำตนเข้าไปเปรียบเทียบแล้ว

ไม่ควรฆ่าเอง ไม่ควรใช้ให้คนอื่นฆ่า^{๓๔}

ฉะนั้น เราควรให้ได้รับความสุขกันทั่วหน้า ไม่ควรเบียดเบียนกัน พระองค์จึงได้ทรง
ห้ามทำความชั่วต่างๆ มีการฆ่าสัตว์ เป็นต้น ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำทายนมาก เพราะปกติแล้วสัตว์ต่างๆ นั้น
มักเป็นอาหารของมนุษย์เสมอ ก็เพราะพระองค์ทรงเปี่ยมสิ้นด้วยพระเมตตา ที่พระองค์ได้สั่งสมมา
ตั้งแต่อดีตชาติ จนถึงปัจจุบัน ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎก พระองค์ไม่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์เพียง
อย่างเดียวที่ได้ทรงประพฤติเมตตาธรรม แม้แต่เกิดเป็นสัตว์เดียรฉานพระองค์ก็ไม่ทรงละการ
บำเพ็ญเมตตาธรรม

กล่าวได้ว่า พระจริยาวัตรของพระพุทธเจ้าในเรื่องเมตตานั้นเป็นที่ปรากฏชัดเจนว่า
พระองค์ทรงประพฤติตลอดพระชนม์ชีพด้วยการแนะนำอบรม ทำเป็นแบบอย่างทั้งด้านเมตตา
กายกรรม เมตตาวาจกรรม เมตตามโนกรรม เพราะพระองค์ทรงดำรงไว้ซึ่งความดี ความถูกต้อง
เป็นแสงสว่างให้กับสัตว์ที่มีจักษุมืดมัว เป็นเนืองนิตย์ของมนุษย์และเทวดา เป็นครูผู้สอนของ
เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ดังคำสรรเสริญของผู้ที่เลื่อมใสและผู้ที่ยังไม่เลื่อมใสในพระจริยาเมตตา
ของพระองค์ว่า "พระสมณโคดมทรงละเว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ วางทัณฑฆาตและศีลตราฆาต มีความ
ละอาย มีความเอ็นดู มุ่งหวังประโยชน์แก่กุลต่อสรรพสัตว์"^{๓๕} ดังนี้ เป็นต้น

๒.๔.๑ ด้านพระเมตตาทางกาย

พระพุทธเจ้านั้น จะทรงทำสิ่งใดก็ตามด้วยพระเมตตา คือ ทรงตั้งเมตตาทกกรรมใน
สรรพสัตว์ทั้งหลายทั้งต่อหน้าและลับหลัง มีช่วยเหลือ อนุเคราะห์ผู้ตกอยู่ในความทุกข์ทั้งหลาย
แบบไม่คิดชีวิต ถึงแม้บางครั้งการช่วยปลดทุกข์ผู้อื่นจะนำมาซึ่งภัยต่อพระองค์เองก็ตาม ดังที่
พระองค์ทรงไปโปรดโจรองคฺฤมิล ความโดยสังเขปมีดังนี้

^{๓๔} พ.ร. (ไทย) ๒๕/๑๓๐/๗๒, (สพเพ ตสนฺติ ทนฺทสฺส สพเพสํ ชีวิตํ ปิยํ อุดฺดานํ อุปมํ กคฺวา น
หนนฺย น ฆาตเย พ.ร. (บาลี) ๒๕/๑๓๐/๔๐.)

^{๓๕} ที.สี. (ไทย) ๘/๘/๓.

ในกาลครั้งนั้น สมเด็จพระบรมศาสดาประทับนั่งพิจารณาถึงหมู่สัตว์โลกผู้ถึงพร้อมด้วยอุปนิสัยสมบัติ ควรแก่การได้บรรลุมรรคผล นิพพาน ในข่ายแห่งพระญาณนั้นก็ได้ทรงเห็นอุปนิสัยแห่งพระอรหัตผลของโจรองคฺลิมาลปรากฏชัดขึ้นมาว่า “หากเราตถาคตเพิกเฉยเสีย ไม่เอาเป็นธุระ องคฺลิมาลก็จะกระทำมาตุฆาต (ฆ่ามารดา) ซึ่งเป็นกรรมหนัก ทำให้เธอต้องเสื่อมจากมรรคผลนิพพาน อย่างกระนั้นเลย เราจะรีบไปสงเคราะห์องคฺลิมาลเสียแต่ตอนนี้” คำริแล้วพระองค์ก็รีบเสด็จไปแต่เช้าตรู่ ก่อนหน้านางพราหมณี เมื่อพบเข้าแล้ว องคฺลิมาลโจรก็ตรงเข้าไปทักท้วงที่หมายจะพิฆาตฆ่าเอาเนื้อพระหัตถ์ พระศาสดาทรงดำเนินไปตามปกติ แต่องคฺลิมาลแม้ไล่เท่าไรก็ไม่ทัน จนเกิดความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า จึงหยุดยืนกล่าวกับพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า “หยุดก่อนสมณะ หยุดก่อนสมณะ” พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “เราหยุดแล้ว องคฺลิมาล ท่านต่างหากจงหยุด” ลำดับนั้นโจรองคฺลิมาลได้ถามพระผู้มีพระภาค ด้วยคาถาว่า “สมณะ ท่านกำลังเดินไป ยังกล่าวหาว่า เราหยุดแล้ว ท่านต่างหากยังไม่หยุด กลับกล่าวหา ข้าพเจ้าผู้หยุดแล้วว่ายังไม่หยุด สมณะ ข้าพเจ้าขอถามเพื่อความนี้กับท่านท่านหยุดอย่างไร ข้าพเจ้าไม่หยุดอย่างไร”

พระผู้มีพระภาค ตรัสตอบว่า “องคฺลิมาล เราวางอาชญา ในสรรพสัตว์ได้แล้ว จึงชื่อว่าหยุดแล้วตลอดกาล ส่วนท่านไม่สำรวจในสัตว์ทั้งหลาย เพราะฉะนั้น เราจึงชื่อว่าหยุดแล้ว ส่วนท่านลืมนึกว่ายังไม่หยุด”^{๔๐} สุดท้ายก็ทำให้โจรองคฺลิมาลกลับใจเป็นคนดี ได้บวชและบรรลุมรรคผลเป็นพระอรหันต์ดังนี้เป็นต้น^{๔๑}

กล่าวได้ว่า พระพุทธเจ้านั้น พระองค์ทรงบำเพ็ญพระเมตตาทางกายกับสัตว์ทุกหมู่เหล่าไม่ว่า จะเป็นคนดีไม่ดี จนหรือรวย เพราะพระองค์ทรงเห็นทุกชีวิตมีค่า ดังที่พระองค์ทรงสอน ว่าชีวิตเรานั้นเป็นที่รัก ที่หวงแหน ไม่ต้องการให้ผู้อื่นหรือใครๆ มาเบียดเบียน มาทำให้เจ็บปวดทั้งภายนอก ภายในด้วยประการใดประการหนึ่ง คนอื่นหรือสัตว์อื่นก็เช่นเดียวกันกับเรา ย่อมรักตัวกลัวตาย รักชีวิตของตนเอง ดังพระพุทธพจน์ว่า

สัตว์ทุกประเภท ย่อมสะดุ้งกลัวโทษทัณฑ์
 สัตว์ทุกประเภท ย่อมรักชีวิต
 บุคคลนำคนเข้าไปเปรียบเทียบแล้ว
 ไม่ควรฆ่าเอง ไม่ควรใช้ให้คนอื่นฆ่า^{๔๒}

^{๔๐} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๔๕/๔๒๓-๔๒๔.

^{๔๑} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๔๕/๔๒๑-๔๓๓.

^{๔๒} พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๓๐/๖๒, (สพฺพ เวท สมนฺติ ทณฺหาสุส สพฺพเพสฺส ชีวิตฺ ปิยํ อุตฺตมานํ อุปมํ กตฺวา น หนนฺยุ น ฆาตเย พุ.ธ. (บาลี ๒๕/๑๓๐/๔๐).

จากข้อความดังกล่าวสรุปได้ว่า พระพุทธเจ้าท่าน พระองค์ทรงสอนและประพฤติปฏิบัติ พระเมตตาทางกายด้วยการเจริญและแผ่ความรักไปในสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ที่ทั้งปวง จนทำให้พระเมตตาทางกายของพระพุทธเจ้าท่านเป็นที่ปรากฏอีกมากจนพุทธบริษัททั้งหลายยกย่อง พระองค์ว่า

พระสมณ โคดมทรงละเว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ วางทัณฑฆาตและศีลตราวุธ มีความละเอียด มีความเอ็นดู มุ่งหวังประโยชน์เกื้อกูลต่อสรรพสัตว์อยู่ พระสมณ โคดมทรงละเว้นขาดจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้ รับเอาแต่ของที่เขาให้ มุ่งหวังแต่ของที่เขาให้ ไม่ทรงเป็นขโมย เป็นคนสะอาดอยู่ พระสมณ โคดมทรงประพฤติกรรมอันเป็นข้าศึกต่อ พรหมจรรย์ “ประพฤติพรหมจรรย์”^{๔๓} “เว้นห่างไกลจากเมถุนกรรม”^{๔๔} อันเป็นกิจของ ชาวบ้าน” เป็นต้น^{๔๕}

๒.๔.๒ ด้านพระเมตตาทางวาจา

พระพุทธเจ้าพระองค์นั้นไม่ว่าจะตรัสสิ่งใดก็ตรัสด้วยพระเมตตาเสมอ คือ พระองค์ ทรงตั้งเมตตาวัจกรรมในสรรพสัตว์ทั้งหลาย ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ ทรงบอกแจ้งซึ่งทางสว่าง อันเป็นทางหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย สิ่งที่เป็นประโยชน์ สิ่งที่จะนำความสุขมาให้กับสรรพ สัตว์ ทรงสั่งสอน แนะนำตักเตือนด้วยความปรารถนาดี ทรงกล่าววาจาสุภาพอ่อนโยนอันประกอบ ไปด้วยประโยชน์สุขนานา ประการต่างๆ กล่าวคือ ตรัสแต่วาจาที่สัมปยุตด้วยเมตตา

ดังชาดกเรื่องหนึ่งว่าด้วยบุคคลผู้จับปลาด้วยเบ็ดชื่อว่าอริยะว่า วันหนึ่ง พระศาสดาทรง เห็นอุปนิสัยแห่งโศคาปัตติมรรคของนายอริยะนั้นจึงเสด็จเที่ยววิณฑนาต ในบ้านใกล้ประตูด้านทิศ อุดร แห่งกรุงสาวัตถี อันภิกษุสงฆ์แวดล้อม ขณะนั้นพรานเบ็ดนั้นตกปลาอยู่ด้วยเบ็ด เห็นภิกษุสงฆ์ มีพระพุทธเจ้าเป็นประมุข ได้ทั้งคันเบ็ดยื่นอยู่แล้ว พระศาสดาเสด็จกลับ ประทับยืนอยู่ ณ ที่ไม่ไกล พรานเบ็ดนั้น ตรัสถามชื่อของ พระสาวกทั้งหลาย มีพระสารีบุตรเถระเป็นต้นว่า “เธอชื่อไร เธอชื่อ ไร” แม้พระสาวกเหล่านั้น ก็กราบทูลชื่อของตนๆว่า “ข้าพระองค์ชื่อสารีบุตร, ข้าพระองค์ชื่อ โมคคัลลานะ” เป็นต้น พรานเบ็ดคิดว่า “พระศาสดาย่อมตรัสถามชื่อสาวกทุกองค์, เห็นจักตรัสถาม ชื่อของเราบ้าง” ลักษณะผู้เป็นอริยะและไม่ใช่อริยะ พระศาสดาทรงทราบความปรารถนาของพราน

^{๔๓} พรหมจรรย์มีความหมายหลายนัย ในที่นี้หมายถึงเมถุนวิริติ หรือการงดเว้นจากเมถุนกรรม; ที.สี.อ.(บาลี) ๑๘๕/๑๖๐.

^{๔๔} กิจของคนคู่ หมายถึงการร่วมประเวณีหรือการเสพสังวาสกัน; ที.สี.อ.(บาลี) ๘/๑๐.

^{๔๕} ที.สี. (ไทย) ๕/๘/๓.

เบ็ดนั้น จึงตรัสถามว่า “อุบาสก เธอชื่อไร” เมื่อเขากราบทูลว่า “ข้าพระองค์ชื่ออริยะพระเจ้าข้า”
ตรัสว่า “บุคคล ผู้ที่มาสัตว์เช่นท่านจะชื่อว่าอริยะไม่ได้” ส่วนบุคคลที่ดำรงอยู่ในการไม่เบียดเบียน
คนอื่น เป็นผู้ชื่อว่าอริยะดังนี้แล้วพระพุทธเจ้าได้ตรัสพระคาถาว่า

“บุคคลไม่ชื่อว่าเป็นอริยะ เพราะเหตุที่เบียดเบียนสัตว์
บุคคลที่เรากล่าวว่ อริยะ เพราะไม่เบียดเบียนสัตว์ทั้งปวง”^{๔๖}

ในกาลจบเทศนา นายพรานเบ็ดชื่อว่าอริยะก็ได้ตั้งอยู่ในพระโศคาปัตติผล และพระ
เทศนานี้ก็มีประโยชน์อีกมากแก่มหาชน ดังนี้^{๔๗}

กล่าวได้ว่า พระวาจาของพระพุทธเจ้านั้นประกอบด้วยพระเมตตาเสมอ ในการที่จะทำ
ให้มนุษย์หรือสัตว์อยู่ด้วยกันอย่างมีความสุขไม่ไปทำร้ายซึ่งกันและกัน เพราะทุกชีวิตย่อมรัก
ตนเองดังพระพุทธเจ้าตรัสพระคาถาไว้ว่า

สัตว์ทุกประเภท ย่อมสะดุ้งกลัวโทษทัณฑ์
สัตว์ทุกประเภท ย่อมรักชีวิต
บุคคลนำตนเข้าไปเปรียบเทียบแล้ว
ไม่ควรฆ่าเอง ไม่ควรใช้ให้คนอื่นฆ่า^{๔๘}

จากข้อความทั้งหมดกล่าวสรุปได้ว่า พระพุทธเจ้านั้นทรงสอนและประพฤติปฏิบัติ
เมตตาทางวาจาตลอดประชนม์ชีพ พระเมตตาทางวาจาของพระพุทธเจ้านั้นมีปรากฏอีกมากจนทำ
ให้พุทธบริษัททั้งหลายยกย่องพระองค์ว่า

พระสมณโคดมทรงละเว้นขาดจากการพูดเท็จ คือ ตรัสแต่คำสัตย์ คำจริงคำสัตย์ มี
ถ้อยคำเป็นหลัก เชื่อถือได้ ไม่หลอกลวงชาวโลก พระสมณโคดมทรงละเว้นขาดจากคำ
ส่อเสียด คือ ฟังความจากฝ่ายนี้แล้วไม่ไปบอกฝ่ายนี้เพื่อทำลายฝ่ายโน้นเพื่อทำลายฝ่ายนี้
หรือฟังความฝ่ายโน้นแล้วไม่มาบอกฝ่ายนี้เพื่อทำลายฝ่ายโน้น สมานคนที่แตกต่างกันส่งเสริม
คนที่ปรองดองกัน ชื่นชมยินดีผลิตผลิตต่อผู้ที่สามัคคีกัน ตรัสแต่ถ้อยคำที่สร้างสรรค์
ความสามัคคี พระสมณโคดมทรงละ ทรงเว้นขาดจากคำหยาบ คือ ตรัสแต่คำไม่มีโทษ
ไพเราะ น่ารัก จับใจ เป็นคำของชาวเมือง คนส่วนมากรักใคร่พอใจ พระสมณโคดมทรงละ

^{๔๖} พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๓๐/๑๑๖.

^{๔๗} ดูรายละเอียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) /๔๓/๑/๒/๔/๕๐-๕๑.

^{๔๘} พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๓๐/๓๒, (สพฺพ เทสนนฺติ ทนฺนทสฺส สพฺพสฺส ชีวิตฺ ปิยํ อุตฺตมํ อุบมํ กตฺวาน น
ทนฺนยฺน น ทนฺนเต พุ.ธ. (บาลี) ๒๕/๑๓๐/๔๐.

ทรงเว้นขาดจากคำเพื่อเจ้า คือ ตรีศกฺเวลาตรีศกฺจริง ตรีศกฺประโยชน์ ตรีศกฺธรรม ตรีศกฺวินัย ตรีศกฺคำที่มีหลักฐาน มีที่อ้างอิง มีที่กำหนด ประกอบด้วยประโยชน์ เหมาะแก่ เวลา เป็นต้น^{๔๕}

๒.๔.๓ ด้านพระเมตตาทางใจ

พระพุทธเจ้าพระองค์ไม่ว่าจะคิดสิ่งใดก็ทรงคิดด้วยพระเมตตา คือ ทรงตั้งเมตตา มโนกรรมในสรรพสัตว์ทั้งหลายทั้งต่อหน้าและลับหลัง มีจิตปรารถนาแต่สิ่งดีงามที่เป็นประโยชน์ ต่อสรรพสัตว์ทั้งหลาย ดังที่พระองค์ทรงตั้งจิตเมตตาต่อพระเทวทัต พระองคฺกุสิมาล และสัตว์ ๑๖๖ คน ทั้งคนที่เป็นมิตรและไม่เป็นมิตร เพราะพระเมตตาทางใจของพระพุทธเจ้านั้นแผ่กว้าง ออกไปไม่มีขอบเขตแก่สัตว์ทุกจำพวก

ดังชาดกเรื่องหนึ่งมีความโดยสังเขปดังนี้ วันหนึ่ง พระศาสดาทรงตรวจดูสัตว์โลกใน เวลาใกล้รุ่ง ทรงเห็นนายพรานถูกกฏุมิตรกับลูกเมียและลูกสะใภ้ ในข่าย คือ พระญาติของ พระองค์ ทรงเห็นอุปนิสัยแห่งโศคาปตติมรรคของชนเหล่านั้นแล้ว ทรงถือบาตรและจีวรเสด็จไป ที่คอกบ่วงของนายพรานนั้นแต่เช้าตรู่ วันนั้นแม่เนื้อสักตัวหนึ่งก็ได้คิดบ่วง พระศาสดาทรงแสดง รอยพระบาทที่ใกล้บ่วงของเขา แล้วประทับนั่งที่ใต้ร่มพุ่มไม้พุ่มหนึ่งข้างหน้า นายพรานถูกกฏุมิตร ถู้อธนูไปสู่อบ่วงแต่เช้าตรู่ ตรวจดูบ่วงจำเดิมแต่ต้น ไม่พบเนื้อแม่ตัวเดียวซึ่งติดบ่วง ได้เห็นรอยพระ บาทของพระศาสดาแล้ว ที่นั่น เขาได้ก็คิดว่า “ใครที่ขยปล่อยเนื้อตัวติดบ่วงของเรา” เขาผูกอาฆาต ในพระศาสดา เมื่อเดินไปก็พบพระศาสดาประทับนั่งที่โคนพุ่มไม้ คิดว่า “สมณะองค์นี้ปล่อยเนื้อ ของเรา เราจักฆ่าสมณะนั้นเสีย” ดังนี้แล้ว ได้โก่งธนูพระศาสดาทรงอธิฐานจิตเมตตาให้โก่งธนูได้ แต่ไม่สามารถยิงธนูได้ เขาไม่อาจปล่อยลูกศร ทั้งตกลงไม่ได้ มีเหงื่อแตกหน้า มีน้ำลายไหลออก จากปาก เป็นผู้อ่อนเพลีย ได้ยืนอยู่แล้ว ครั้งนั้นพวกบุตรของเขาไปเรื้อนพูดกันว่า “บิดาของเรา ล่าช้าอยู่ จักมีเหตุอะไรหนอ” อันมารดาส่งไปว่า “พ่อทั้งหลาย พวกเจ้าจงไปสู่สำนักของบิดา” ต่างก็ ถู้อธนูไปเห็นบิดายืนอยู่เช่นนั้น คิดว่า “ผู้นี้จักเป็นศัตรูของบิดาพวกเรา” ทั้ง ๓ คนโก่งธนูแล้ว ได้ยืน อยู่เหมือนกับบิดาของพวกเขาขึ้นแล้ว เพราะอนุภาพแห่งพระเมตตาทางจิตของพระพุทธเจ้า

ลำดับนั้น มารดาของพวกเขาคิดว่า “ทำไมหนอแล สามิและลูกชายจึงล่าช้าอยู่” จึงไปกับ ลูกสะใภ้ ๓ คน เห็นชนเหล่านั้นยืนอยู่อย่างนั้น คิดว่าชนเหล่านั้นยืนโก่งธนูต่อใครหนอแล แลไปก็ เห็นพระศาสดา จึงประคองแขนทั้ง ๒ ร้องขึ้นว่า “พวกท่านอย่ายิงบิดาของเราให้พินาศพวกท่าน อย่ายิงบิดาของเราให้พินาศ” นายพรานถูกกฏุมิตรและลูกชายได้ยืนเสียนั้นแล้ว คิดว่า “เราฉิบหาย

^{๔๕} ที.สี. (ไทย) ๕/๘/๔.

แล้วหนอ พระสมณะนี้เป็นพ่อตาของเรา ตายจริง เราทำกรรมหนัก, นายพรานกุกกุกุมิตรและลูกชายก็เข้าไปตั้งเมตตาคิดไว้ว่า “คนนี้เป็นพ่อตาของเรา” หลังจากนั้นก็ได้ขอขมาลาโทษ พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนอนุปปพิภิกขามีทาน ศีล เป็นต้น สุดท้าย นายพรานกุกกุกุมิตรกับลูกเมีย และลูกสะใภ้ก็ได้ตั้งอยู่ในโศคาปัตติผล เป็นต้น^{๕๐}

จากข้อความในชาดกนี้กล่าวได้ว่า พระเมตตาทรงใจของพระพุทธเจ้านั้นแผ่ไพศาลไม่ว่าบุคคลนั้นจะอยู่ที่ไหนหรือนำภิกษมาสู่พระองค์ก็ตามดังที่พระองค์ทรงไปโปรดพราหมณ์มาคันทียะพร้อมกับปชาบดี จนทำให้ลูกสาวของพราหมณ์ผู้กอาฆาตพระพุทธเจ้า คังชาดก^{๕๑}

วันหนึ่ง พระศาสดา ทรงตรวจดูสัตว์โลกได้ทรงเห็นอุปนิสัยแห่งอนาคามีผลของพราหมณ์มาคันทียะพร้อมกับปชาบดี ทรงถือบาตรและจีวรไปในที่พวกเขาบูชาไฟแสดงตัวให้พวกเขา พราหมณ์มาคันทียะได้เห็นพระพุทธเจ้า ก็คิดขึ้นว่า สมณะนี้มีอัคภาพอันเลิศ ผู้ชายคนอื่นเช่นพระสมณะนี้ ย่อมไม่มี เขาสมควรแก่ลูกสาวแสนสวยของเรา จึงไปบอกกับพระพุทธเจ้าว่า เราจะยกลูกสาวให้ พระองค์ไม่ตอบรับและไม่ปฏิเสธ แต่ได้ทรงเทศนาแก่พวกเขาว่า เราไม่มีความพอใจในเมถุน เพราะเห็นนางคันธหา นางอรดี นางราคา ด้วยความพอใจในเมถุนเพราะเห็นลูกสาวของท่านจะมีได้อย่างไร เราไม่ปรารถนาเพื่อจะถูกต้องร่างกายของลูกสาวท่านด้วยแม้ด้วยเท่าใด ดังนี้ ในที่สุดลงแห่งการเทศนา พวกเขาทั้งสองก็ได้ตั้งอยู่เฉพาะในอนาคามีผล แต่ก็สร้างความอาฆาตแก่ลูกสาวของพวกเขา ถามว่า พระพุทธเจ้าทรงทราบไหมว่า ลูกสาวของพราหมณ์กับนางปชาบดีได้ผูกความอาฆาต ตอบว่า พระองค์ทรงทราบ แต่เพราะพระองค์ทรงมีพระเมตตาคือสัตว์ทั้งหลาย หวังการได้เห็นธรรมของพราหมณ์กับนางปชาบดี พระองค์จึงไม่สมการอาฆาต ทรงแสดงธรรมแก่มหาชนผู้ควรบรรลุมรรคและผลนั้นเทียว ดังนี้ เป็นต้น^{๕๒}

จากข้อความทั้งหมดกล่าวสรุปได้ว่า ทุกๆ วันพระพุทธเจ้าจะตรวจดูสัตว์โลกด้วยเมตตาคิดว่า ผู้ใดจะได้เห็นธรรม ได้บรรลุมรรค ไม่ว่าจะอยู่ใกล้หรือไกล พระองค์ก็จะเสด็จไปโปรด ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า พระองค์ทรงมีเมตตาคิดแก่สัตว์ทุกจำพวก ดังคำสรรเสริญที่ปุถุชนยกย่องพระองค์ว่า “พระสมณโคดมทรงละเว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ วางทัณฑฆาตและศีลตราฆาต มีความละอาย มีความเอ็นดู มุ่งหวังประโยชน์แก่ผู้ลบล้างทุกข์อยู่”^{๕๓}

^{๕๐} คุรายละเอียดยใน พ.ศ.อ. (ไทย) ๔๒/๑/๒/๓/๓๖-๔๑.

^{๕๑} คุรายละเอียดยใน พ.ศ.อ. (ไทย) ๔๐/๑/๒/๑/๒๖๕-๒๗๑.

^{๕๒} ที.ที. (ไทย) ๕/๘/๓.

๒.๕ บทบาทในฐานะเป็นแบบอย่าง

แบบ หมายถึง สิ่งที่กำหนดให้ถือเป็นหลักหรือเป็นแนวดำเนิน^{๕๓} พระพุทธเจ้าเป็นผู้ที่รู้จักกันในหมู่พุทธบริษัททั้งหลายที่ได้ศึกษาว่า พระองค์ทรงเป็นบุคคลที่ได้นำพาสรรพสัตว์ต่างๆ มี เทวดา และมนุษย์ทั้งหลายให้ข้ามพ้นวิภวสงสารหรือ สังสารวัฏ คือ ภพภูมิที่ทุกคนต้องเวียนว่ายตายเกิดอันไม่มีที่สิ้นสุด พระพุทธเจ้านั้นนอกจากจะทรงแสดงธรรมให้โอวาทในการสร้างคุณงามความดีมีการตั้งอยู่ในศีลในธรรมแล้ว แม้พระองค์ใกล้ปรินิพพาน ก็ทรงประพจน์เมตตาตลอด ดังที่ได้โปรดสุภทัตตปริพาชกให้ท่านถามปัญหา เมื่อสุภทัตตปริพาชกเลื่อมใสจึงทูลขอบวช พระองค์ก็อนุญาตให้บวช ที่สุดก็ได้บรรลุพระอรหันต์ และได้ตรัสสอนให้ภิกษุทั้งหลายให้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า แม้จะใกล้ปรินิพพาน พระองค์ก็ยังทรงมีพระเมตตาทรงสอนและให้โอวาทจนถึงมีนาทีสุดท้าย เห็นได้ชัดจากคำพรรณนาถึงพระเมตตาของพระองค์ดังที่ปรากฏในพระธรรมบทตอนหนึ่งว่า พระเทวทัตก่อนจะมรณภาพอยากจะขอมาพระพุทธเจ้า จึงได้กล่าวว่า “พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น ทรงมีพระทัยสม่าเสมอ ในบุคคลทั่วไป คือ ในนายขมังธนู ในพระเทวทัต ในโจรอกุศลิมล ในช่างชนบาล และในพระราหุล”^{๕๔}

กล่าวสรุปได้ว่า จากคำสรรเสริญของพระเทวทัตนั้นบ่งบอกถึงพระเมตตาของพระพุทธเจ้าในการมีน้ำพระทัยต่อผู้ที่ตกทุกข์ได้ยาก ต่อคนที่คิดร้าย ต่อสัตว์ที่ดุร้าย พระองค์ยังทรงมีบทบาทในด้านการประพจน์ปฏิบัติและเป็นแบบอย่างของความมีเมตตาต่อกันและต่อสัตว์ทั้งหลาย เพราะฉะนั้น พระองค์จึงได้รับการยกย่องให้เป็นบุคคลต้นแบบของการประพจน์เมตตาธรรมต่อสัตว์ทั้งหลาย

๒.๕.๑ แบบอย่างในด้านการปฏิบัติ

พระพุทธเจ้าทรงเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ผู้ที่เลื่อมใสในพระองค์ ในการประพจน์หลักเมตตาธรรมในด้านทางกาย ทางวาจา และทางใจ ที่เด่นที่สุดคือพระองค์ทรงสละการเสวยวิมุตติสุขอันเป็นความสุขอย่างยิ่งของพระองค์อันเกิดจากการบรรลุพระสัมมาสัมโพธิญาณ แต่เพราะพระเมตตาของพระองค์นั้นทรงมีมากล้น ไร้ขอบเขตก็ไม่ทำให้พระองค์ท้อแท้ได้ในการช่วยรักษาคน

^{๕๓}ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕, พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์ปริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๓๕. หน้า ๔๕๐.

^{๕๔} พ.ร.อ. (ไทย) ๔๐/๑/๒/๑/๑๕๗.

ป่วย คนเป็นทุกข์ จะใกล้หรือไกล จะดีหรือชั่ว ด้วยพระเมตตา ดังคำที่พระวังคีสะกล่าวสรรเสริญ
ตอนหนึ่งว่า

พระมุนีได้ตรัสรู้พระโพธิญาณ
เพื่อประโยชน์แก่ชนเป็นอันมาก^{๕๕}

แบบอย่างในด้านการปฏิบัตินั้นมีมากไม่สามารถพรรณนาให้หมดได้จึงขอขยายคบบาง
เรื่องมาพอสังเขปดังต่อไปนี้

ได้ยินว่า กุลบุตรชาวกรุงสาวัตถีผู้หนึ่ง พังกรรมกถาในสำนักของพระศาสดา แล้วได้
บวชถวายชีวิตในพระศาสนา มีชื่อว่า พระติสสเถระ เมื่อกาลล่วงไปไม่นาน โรคเกิดขึ้นในสรีระของ
ท่าน มีต่อม ประมาณเท่าเมล็ดผักกาดผุดขึ้น มันโตขึ้นตามลำดับจนเท่าเมล็ดถั่วเขียว เท่าเมล็ดถั่ว
ดำ เท่าเมล็ดกระเบา เท่าผลมะขามป้อม ผลมะตูม แล้วก็แตก ต่อมาไม่นาน กระดุกของท่าน ก็แตก
ไม่มีใครดูแลท่าน ถูกทอดทิ้ง ฝ้านุ่งผ้าห่มก็เปื้อนด้วยหนองและเลือด เหมือนกับขนมร่างแห ท่าน
ไม่มีที่พึ่งได้แต่อนรรคความตาย

ก็ธรรมดาว่า พระพุทธเจ้าทั้งหลายทรงมีเมตตา ทรงตรวจดูโลกสิ้น ๒ วาระ คือ ๑. ใน
เวลาใกล้รุ่ง ทรงตรวจดูสัตว์โลก ตั้งแต่หน้าพระคันธกุฎี จนถึงขอบปากแห่งจักรวาล ๒. ในเวลา
เย็น ทรงตรวจดูตั้งแต่ขอบปากแห่งจักรวาล จนถึงหน้าพระคันธกุฎี

ก็ในสมัยนั้น พระติสสเถระ ปรากฏแล้วภายในข่ายคือพระญาณของพระผู้มีพระภาคเจ้า
พระศาสดาทรงเห็นอุปนิสัยแห่งพระอรหัตของพระติสสเถระ ทรงดำริว่า “ภิกษุนี้ ถูกพวก
สัทธวิหาริก เป็นต้น ทอดทิ้งแล้ว, บัดนี้ เขอยกเว้นเราเสีย ก็ไม่มีที่พึ่งอื่น” ดังนี้แล้ว พระองค์จึง
เสด็จออกจากพระคันธกุฎี เหมือนเสด็จเที่ยวจาริกในวิหาร เสด็จไปสู่โรงไฟ ทรงล้างหม้อน้ำ ใส่น้ำ
แล้วก็ยกตั้งบนเตา เมื่อทรงรอให้น้ำร้อนได้ประทับยืนในโรงไฟนั่นเอง ทรงรู้ความที่น้ำร้อนแล้ว
เสด็จไปจับปลายเตียงที่พระติสสเถระนอน ในกาลนั้น พวกภิกษุ กราบทูลว่า ขอพระองค์ จงเสด็จ
หลีกไป พระเจ้าข้า พวกข้าพระองค์จักช่วยกันยกเตียง นำไปสู่โรงไฟ

จากนั้นพระศาสดาทรงให้นารามมา ทรงเทน้ำร้อนใส่แล้ว ทรงสั่งภิกษุเหล่านั้นให้
เปลื้องเอาผ้าห่มของเธอ ให้ขยำด้วยน้ำร้อน แล้วให้ผึ่งแดด ลำดับนั้น พระศาสดา ประทับยืนอยู่ที่
ใกล้ของเธอ ทรงรดสรีระนั้นให้ชุ่มด้วยน้ำอุ่นทรงดูสรีระของเธอ ให้เธออาบด้วย เธออาบเสร็จแล้ว
ผ้าห่มก็แห้งแล้ว ที่นั้น พระศาสดาทรงช่วยเธอให้นุ่งผ้าห่มนั้น ทรงให้ขยำผ้ากาสาვეที่เธอนุ่งด้วย
น้ำ แล้วให้ผึ่งแดด ที่นั้น เมื่อน้ำที่กายของเธอแห้ง ฝ้านุ่งนั้นก็แห้ง เธอนุ่งผ้ากาสาვეผืนหนึ่งห่มผ้า
กาสาვეผืนหนึ่ง เป็นผู้มีสรีระเบา มีจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง นอนบนเตียงแล้ว พระศาสดาประทับยืน

^{๕๕} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๒๐/๓๒๑.

ณ ที่เหนือศีรษะของเธอ ตรัสว่า ภิกษุ กายของเธอนี้ มีวิญญาณไปปราศแล้ว หาอุปการะมิได้ จักนอนบนแผ่นดิน เหมือนท่อนไม้ ดังนี้แล้ว ท่านก็ได้บรรลุพระอรหันต์ ดังนี้เป็นต้น^{๕๖}

กล่าวสรุปได้ว่า ในด้านการปฏิบัติเมตตาธรรมของพระพุทธเจ้า นั้น ถือเป็นแบบอย่างที่สามารถมองเห็นเป็นรูปธรรม เหมือนกับความคิดของพราหมณ์แก่คิดต่อพระองค์ว่า “พระสมณะโคดมเป็นผู้มีพระพักตร์ไม่สยิว มีพระพักตร์หงาย มีพระดำรัสอันนำมาซึ่งความสุข”^{๕๗} คำสรรเสริญต่างๆ นั้นไม่ได้เปล่งออกมาแบบลอยๆ แต่ออกมาเพราะการกระทำที่ทำให้สรรพสัตว์ได้รับความสุขจากคุณความดีที่พระพุทธเจ้าทรงมีต่อมวลสรรพสัตว์

ฉะนั้นการปฏิบัติเมตตาธรรมนั้นไม่มีความสุขเปล่าเลย ไม่ได้ไร้ค่าอย่างที่คนหลายคนคิด ดังที่มีคำกล่าวไว้ว่า “ทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป” จริงอยู่ถึงแม้ว่า การทำความดีนั้นอาจจะไม่ได้ผลวันนี้ หรือพรุ่งนี้ แต่ในเบื้องต้น เมื่อทำความดีลงไปแล้วย่อมทำให้จิตใจสงบได้ คือไม่ต้องหวาดระแวง แม้ว่าอาจจะมึนตราตรึงต่างๆ เกิดขึ้นกับเราจากคนชั่วใจบาปทั้งหลายบ้าง ต่างจากการทำความชั่วจิตใจย่อมไม่สงบแน่นอน ทำความชั่วมากๆ ก็จะกลายเป็นปีศาจหรือชาตานิที่ที่สุด

๒.๕.๒ แบบอย่างในด้านการสอน

พระพุทธเจ้า นั้นถือว่าเป็นบรมครูของการสอนหลักเมตตาธรรม ทรงสอนให้คนเรานั้นหมั่นเจริญเมตตาในสรรพสัตว์ทุกประเภท แม้แต่คนที่คิดทำร้ายเรา การหมั่นเจริญเมตตา นั้นพระพุทธเจ้าตรัสว่า “เป็นการทำให้มีกิเลสเบาบางลง” ทรงสอนให้เว้นจากการฆ่าสิ่งมีชีวิต ทรงสอนให้ละการจองเวรด้วยการมีเมตตาต่อกัน ไม่คิดพยาบาท อาฆาตต่อกัน จะทำสิ่งใดกับผู้อื่นก็ขอให้ทำด้วยเมตตา จะพูดสิ่งใดกับผู้อื่นก็ขอให้พูดด้วยเมตตา จะคิดสิ่งใดก็ขอให้คิดด้วยเมตตา เพราะการทำ พูด คิด ด้วยเมตตา นี้ พระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า เป็นสิ่งที่ดี ประเสริฐ นำมาซึ่งความสุขสงบสุขกับตัวเราและผู้อื่นรวมถึงสรรพสัตว์ทั้งหลายในโลก ผู้ที่มีเมตตา ย่อมไม่มีเวรกับใครๆ ดังที่ปรากฏในมณิกัททสูตรตอนหนึ่งว่า พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “ผู้ใดมีใจยินดีในความไม่เบียดเบียนตลอดทั้งวันและคืน และเป็นผู้มีส่วนแห่งเมตตาในสรรพสัตว์ ผู้นั้นย่อมไม่มีเวรกับใครๆ”^{๕๘}

^{๕๖} คุรยละเอียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๐/๑/๒/๑/๔๓๔-๔๓๗.

^{๕๗} คุรยละเอียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๓/๑/๒/๔/๒๓๒-๒๓๕.

^{๕๘} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๓๘/๓๔๑.

เรื่องการมีเมตตานี้ พระพุทธเจ้าทรงย้ำเสมอว่า มนุษย์ต้องมีเมตตาต่อกัน ต่อสัตว์ทั้งหลายไม่ควรไปเบียดเบียนต่อกันและกัน เพราะการเบียดเบียนนั้นไม่ใช่สิ่งที่ถูกที่ควร ไม่สามารถนำความสุขที่แท้จริงมาให้ได้ ดังชาดกเรื่องนี้

วันหนึ่ง พระพุทธเจ้า เสด็จไปบิณฑบาตในเมืองสาวัตถี ในระหว่างทาง พระองค์ทรงเห็นเด็กกลุ่มหนึ่งมีกันหลายคน กำลังดิ้นรนซึ่งไม่มีพืชตัวหนึ่ง ด้วยท่อนไม้ จึงได้ตรัสถามว่า พวกเธอดิ้นรนด้วยท่อนไม้ เพราะเหตุอะไร พวกเด็กๆ ก็ได้กราบทูลว่า พวกข้าพระองค์ ตีมัน เพราะกลัวว่ามันจะกัด แล้วพระพุทธเจ้าก็ได้ตรัสว่า พวกเธอดิ้นรนด้วยคิดว่า พวกเราจักทำความสุขแก่ตนเอง เมื่อพวกเธอทำความสุขอย่างนี้ จะไม่ได้ความสุขเลยในทีเดียว พวกเธอไปเกิดเพราะว่า ผู้ที่ปรารถนาความสุขอยู่แก่ตน แล้วไปประหารผู้อื่น ย่อมไม่ควร ดังนี้แล้วพระองค์ก็ได้ตรัสพระคาถาว่า

สัตว์ผู้เกิดแล้วทั้งหลาย เป็นผู้ใคร่สุข บุคคลใดแสวงหาสุขเพื่อตน, แต่เบียดเบียนสัตว์อื่น ด้วยท่อนไม้ บุคคลนั้นละ ไปแล้วย่อมไปแล้วย่อมไม่ได้สุข สัตว์ผู้เกิดแล้วทั้งหลาย เป็นผู้ใคร่สุขบุคคลใดแสวงหาสุขเพื่อตน, ไม่เบียดเบียน (ผู้อื่น) ท่อนไม้, บุคคลนั้นละ ไปแล้วย่อมไปแล้วย่อมได้สุข^{๕๕}

เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงเป็นต้นแบบในการสอนให้คนมีเมตตาอยู่ในตัวและให้กับผู้อื่นและสัตว์อื่นอย่างเท่าเทียมกัน ดังที่ปรากฏในเมตตาทานาสูตรว่า

ผู้มีสติตั้งมั่น เจริญเมตตาแผ่ไปไม่มีประมาณ พิจารณาเห็นธรรมเป็นที่สิ้นอุปธิ ย่อมมีสังโยชน์เบาบาง หากบุคคลมีจิตไม่คิดประทุษร้ายสัตว์แม้ชีวิตเดียว เจริญเมตตาเป็นประจำ อยู่ ก็เป็นผู้ชื่อว่าฉลาดเพราะการเจริญเมตตานี้ ผู้มีเมตตาในสัตว์ทุกหมู่เหล่า จะไม่ฆ่าเอง ไม่ใช่ให้ผู้อื่นฆ่า ไม่ฆนะเอง ไม่ใช่ให้ผู้อื่นฆนะ ไม่มีเวรกับใครๆ^{๖๐}

กล่าวได้ว่า การที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสอนเมตตาทานธรรมนั้นก็เพื่อให้เราถอนโอฆะกิเลส เพื่อตั้งอยู่ในความไม่ประมาท เพื่อความสงบสุขกับตนเองและผู้อื่น เพราะเหตุนี้แล ผู้ไม่ประมาทในคำสอนของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น พึงบำเพ็ญเมตตาทานธรรม นี้คือ คำสอนของพระพุทธเจ้า

จากข้อความทั้งหมดนั้นสรุปได้ว่า “บทบาทในฐานะเป็นแบบอย่าง” พระพุทธเจ้านั้น ทรงเป็นแบบอย่างที่ดีเยี่ยมแก่บุคคลที่หวังความสงบในชีวิต จะเห็นว่าพระองค์ไม่ได้ตรัสสอนอย่าง

^{๕๕} พ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๓๑-๑๓๒/๗๓, และ พ.ธ.อ. (ไทย) ๔๒/๑/๒/๓/๖๔-๖๕.

^{๖๐} พ.อิตฺติ. (ไทย) ๒๕/๒๗/๓๗๓-๓๗๔.

เดียว แต่ยังทรงเป็นต้นแบบเพื่อแสดงให้เห็นว่า เมตตาทรงนั้นจะเกิดขึ้นได้ต้องสร้างให้เกิดมีขึ้นในจิตใจก่อนจึงแสดงออกมาเป็นรูปธรรมทางกาย ทางวาจา ทางใจ กล่าวได้ว่าพระพุทธเจ้าทรงเน้นการปฏิบัติ เพราะการพูดนั้น ต่อให้พูดหมื่นคำก็ไม่เท่ากับการปฏิบัติแค่ครั้งเดียว ดังที่พระพุทธเจ้าทรงเป็นแบบอย่างที่ประเสริฐอยู่เป็นนิจ

๒.๖ หลักธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อเมตตาทรง

ปฏิปักษ์ หมายถึง ฝ่ายตรงกันข้าม, ข้ำศึก, ศัตรู,^{๖๑} มนุษย์นั้นส่วนใหญ่เป็นสัตว์สังคม ไม่สามารถอยู่ในสังคมตามลำพังได้ จะต้องมีกรพึ่งพาอาศัยกันและกัน ฉะนั้น วิถีชีวิตของคนเราจึงต้องเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นอยู่เสมอ ในแต่ละวันก็มีเรื่องราวเหตุการณ์เกิดขึ้นมากมายหลายสถานการณ์ ได้เห็นกริยาอาการที่ผู้อื่นทำต่อเรา ได้ยินถ้อยคำ วาจาต่างๆ ที่ผู้อื่นพูดต่อเรา ทำให้ใจของเราได้รับอารมณ์ความรู้สึกเหล่านั้นทั้งแง่บวกบ้าง แง่ลบบ้าง ถ้าเป็นแง่บวกก็จะทำให้จิตใจเบิกบานมีความสุข ถ้าเป็นแง่ลบก็จะทำให้จิตใจเศร้าหมองขุ่นเคือง เช่น ถ้าเรานึกถึงหรือมองคนอื่นด้วยอำนาจความโกรธ ตอนนั้นจะมีแต่ความเกลียดชัง ใจไม่เบิกบาน อารมณ์หงุดหงิด ถึงแม้จะเก็บความรู้สึกไว้ภายในไม่แสดงออกว่า ตัวเองกำลังโกรธก็ตาม แต่ใบหน้าก็ส่อให้เห็นเป็นนัย แต่ถ้านึกหรือมองคนอื่นด้วยเมตตาจิตก็จะมีแต่ความรักใคร่เบิกบาน สังเกตเห็นได้จากใบหน้าหรือแวตาทที่ฉายออกมาอย่างมีความสุข ในขณะที่พูดอยู่กับใครดวงตาจะแจ่มใสปากจะยิ้ม ซึ่งเป็นอาการเบิกบานของจิตเมตตาอันบริสุทธิ์ที่สะท้อนออกมาโดยธรรมชาติ บ่งบอกถึงความงดงามภายในของจิตใจดังที่ปรากฏในเมตตากถาว่าด้วยเมตตา ตอนหนึ่งว่า “บุคคลเจริญเมตตา ทำให้มากแล้ว จะมีสีหน้าสดใส”^{๖๒}

ในทางพระพุทธศาสนานั้น ได้ระบุถึงศัตรูตัวฉกาจของเมตตาทรงนั้นว่า คือ ความโกรธๆ นั้น ได้แก่ ความขุ่นเคือง กราดเกรี้ยว อันเกิดแต่จิต ทำจิตให้กำเริบ ทำใจให้หงุดหงิด และกระวนกระวาย หากความสงบมิได้ เมื่อเกิดแก่ผู้ใด ย่อมทำความพินาศให้เกิดขึ้นแก่บุคคลนั้น และแก่ผู้อื่นอีกด้วย ความโกรธเป็นอารมณ์ของผู้มีปัญญาทึบ ทำให้เป็นคนกราดกลัวขูดัน โหดร้าย ไม่รู้orroด ไม่รู้ธรรม ไม่รู้จักบาปบุญคุณโทษ ทำกรรมที่มีโทษมากที่คนธรรมดาทำได้ยากได้อย่างง่ายดาย เช่น ฆ่ามารดาบิดาได้ ไม่ละอายบาปหรือเกรงกลัวอะไรเลยดังปรากฏในโกธนสูตรว่า

^{๖๑} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕, พิมพ์ครั้งที่ ๖. (กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์ปริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๓๘), หน้า ๔๕๕.

^{๖๒} บุ.ป. (ไทย) ๑๑/๒๒/๔๖๑.

บุคคลผู้โกรธ ไม่มีความละอาย
 ไม่มีความเกรงกลัวเป็นผู้มีวาจาไม่สุภาพ
 บุคคลที่ถูกความโกรธครอบงำ ไม่มีความสว่างเลย^{๖๓}

ความโกรธนั้นเป็นสาเหตุของการจองเวร พยาบาท อาฆาต ต่อกัน เมื่อคนเราไม่มี
 ความโกรธ เหวดต่างๆ ย่อมระงับได้ ดังพระกาลาในพระธรรมบทเรื่องพระคิสาเถระว่า

ชนเหล่าใด เข้าไปผูกความเวรว่า คนนี้ได้ค่าเรา ได้ฆ่าเรา ได้ชนะเรา และได้ลัก
 สิ่งของของเราไป เหวดของชนเหล่านั้น ย่อมไม่สงบระงับ ส่วนเหล่าชนใด ไม่เข้าไปผูกเวร
 ว่า คนนี้ได้ค่าเรา ได้ฆ่าเรา ได้ชนะเรา และได้ลักสิ่งของของเราไป เหวดของชนเหล่านั้นย่อม
 สงบ ระงับ^{๖๔}

เห็นได้ว่า โทสะ คือ ความโกรธนั้นมิใช่เพียงแต่จะทำลายคุณงามความดีต่างๆ ที่มีอยู่
 แล้วให้สิ้นไปเท่านั้น ยังแสดงอิทธิพลปิดกั้นความดีทั้งหลายไม่ให้เข้ามาสู่ใจ แม้จะมีใครมาอบรม
 สั่งสอนห้ามปรามอย่างไรก็ตาม ใจที่ถูกความโกรธครอบงำในขณะนั้นก็จะไม่รับฟังเหตุผลใดๆ
 ทั้งสิ้น เป็นจิตที่มีมืดมิด เป็นจิตบอด พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสโทษของโทสะไว้ซึ่งสะท้อนให้เห็นพิษ
 ภัยน่ากลัวของคนที่ถูกความโกรธครอบงำว่าเป็นผู้ที่สามารถทำความชั่วได้ทุกอย่าง ไม่มีขีดจำกัด
 ดังที่ปรากฏในโถงนสูตรว่า “บุคคลผู้โกรธ ฆ่าบิดาได้ บุคคลผู้โกรธ ฆ่ามารดาได้ บุคคลผู้โกรธ
 ฆ่าพราหมณ์ก็ได้ บุคคลฆ่าปุถุชนก็ได้ ผู้โกรธหมกมุ่นในรูปต่างๆ ย่อมฆ่าตนเอง ความเสื่อมเกิด
 จากความโกรธ”^{๖๕}

จะเห็นว่า คนจำพวกโทสะจริตนั้นทำอกุศลกรรมที่ทำได้ยากเหมือนทำได้ง่าย ภายหลัง
 เมื่อหายโกรธก็จะเดือดร้อนใจเหมือนถูกไฟไหม้ คนโทสะจริตจะแสดงอาการออกมาทีละน้อย
 เหมือนไฟปรากฏวันก่อน เมื่อใดความโกรธเกิดขึ้น เมื่อนั้นเขาจะไม่มี ความละอายใจ ไม่มีความ
 เกรงกลัวบาป ไม่มีความเคารพอะไรเลย ก็เพราะความโกรธที่พลุ่งพล่านขึ้นมาเพียงชั่วขณะนั้น
 แหละ ที่ทำให้คนดีๆ ไม่น้อยที่ต้องอยู่ด้วยความทุกข์ต่างๆ มีความไม่สบายกาย ไม่สบายใจเป็นต้น
 ในทางพระพุทธศาสนาพระพุทธเจ้าจึงได้นิยามความโกรธไว้อีกอย่างหนึ่งในฉัตตสูตรว่าด้วยการ
 ฆ่าว่า “มีรากเป็นพิษ มียอดหวาน”^{๖๖} หมายถึง เมื่อคนเราโกรธขึ้นมาจะส่งผลให้จิตใจเร่าร้อน

^{๖๓} อัง.สตุตค. (บาลี) ๒๓/๖๔/๘๐.

^{๖๔} พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๔-๒๕

^{๖๕} อัง. สตุตค. (ไทย) ๒๓/๖๔/๑๒๕.

^{๖๖} ส.ส. (บาลี) ๑๕/๗๑/๕๓.

แสดงอาการเดือดดาลใจด้วยการด่าว่าเขาบ้าง ทำร้ายเขาบ้าง ทำลายสิ่งของต่างๆ บ้าง โดยการขาดการไตร่ตรองพิจารณาด้วยปัญญาอันแท้จริง ด้วยผลของกรรมนั้นเขาย่อมหนีภัยจากประโยชน์ทั้งโลกนี้และประโยชน์ในโลกหน้า ตลอดถึงประโยชน์อย่างยอดเยี่ยม คือ มรรค ผล นิพพาน เป็นผู้มิแต่ความทุกข์ ความเดือดร้อนอย่างเดียว จึงชื่อว่ามิรักเป็นพิษ พอได้ระบายนามแล้วก็รู้สึกสาสมใจ โล่งใจ สบายใจจึงว่ามียอดหวาน ดังอุทาหรณ์เรื่องนี้ว่า พระภิกษุรูปหนึ่งเรียนกรรมฐานแล้วไปฝึกในป่าจนบรรลุพระอรหันต์ คิดว่าเราจักกราบทูลแต่พระศาสดา จึงออกจากป่า ครั้งนั้นหญิงคนหนึ่งทะเลาะกับพี่ เมื่อพี่ไม่อยู่คิดว่าเราจักกลับบ้านจึงไปทางเดียวกับพระเถระ เมื่อสามีกลับมาไม่เห็นนางจึงตามไป แล้วก็ได้พบนาง สามีของนางคิดว่า นางไม่สามารถไปคนเดียวได้ในป่า พระเถระองค์นี้แน่นอนที่พานางมา จึงโกรธพระเถระเลยเข้าไปทำร้ายพระเถระ สาสมใจแล้วก็พาเมียกลับ^{๖๓} เป็นต้น

จะเห็นว่า ความโกรธนั้นเมื่อเกิดขึ้นแล้ว ทำให้คนขาดปัญญาพิจารณาหรือขาดสติ นั่นเอง พระโบราณจารย์ทั้งหลายจึงได้บอกวิธีบรรเทาความโกรธต่างๆ นานาตามที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า ๑. ด้วยการเข้าฌานใหม่ ๒. ด้วยพิจารณาถึงพระพุทธโฆวาท ๓. ด้วยมองคนในแง่ดี ๔. ด้วยการพรั่นสอนตนเอง ๕. ด้วยพิจารณาถึงกรรม ๖. ด้วยพิจารณาถึงพระพุทธจริยาในปางก่อน ๗. ด้วยพิจารณาความสัมพันธ์กันมาในสังสารวัฏ ๘. ด้วยพิจารณาอนิสงส์เมตตา ๙. ด้วยพิจารณาแยกธาตุ ๑๐. ด้วยการให้ปันสิ่งของ”^{๖๔}

อธิบายความได้ว่า

๑. ด้วยการเข้าฌานใหม่ คือ ให้พิจารณาโทษของความโกรธและเห็นคุณของขันติและเมตตา เป็นต้น

๒. ด้วยพิจารณาถึงพระพุทธโฆวาท คือ ให้ระลึกถึงพระพุทธโฆวาทที่พระองค์สอนในกถุปมสูตรและอีกโกสสูตรบ่อย ๆ คือ

(๑) ภิกษุทั้งหลาย หากพวกโจรผู้ประพฤติดำทราวม จะพึงใช้เลื่อยที่มีที่จับ ๒ ข้าง เลื่อยอวัยวะน้อยใหญ่ ผู้มีใจคิดร้ายแม้ในพวกโจรนั้น ก็ไม่ชื่อว่าทำตามคำสั่งสอนของเรา เพราะเหตุที่อดกลั้นไม่ได้ นั่น แม้นในข้อนั้น เธอทั้งหลายควรสำเหนียกอย่างนี้ว่า จิตของเราจักไม่แปรผัน เราจักไม่เปล่งวาจาชั่วหยาบ และจักอนุเคราะห์ด้วยสิ่งที่เป็นประโยชน์อยู่อย่างผู้มี

^{๖๓} พุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๓/๔๘๐-๔๘๑

^{๖๔} พระพุทธโฆสเถระ รัตนา, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อจ อาสภมหาเถร) แปล, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๔๕๐-๕๑

เมตตาจิต ไม่มีโทษ เราจักแผ่เมตตาจิตไปให้บุคคลนั้นอยู่ และเราจักแผ่เมตตาจิตอัน
ไพบุลย์ เป็นมหัศจรรย์ ไม่มีขอบเขต ไม่มีเวร ไม่มีคามเบียดเบียนไปยังสัตว์โลกทุกหมู่
เหล่าอันเป็นอารมณ์ของเมตตาจิตนั้นอยู่^{๖๕}

(๒) ผู้ใดโกรธตอบต่อบุคคลผู้โกรธ ผู้นั้นย่อมเลวกว่าผู้โกรธ เพราะการโกรธตอบนั้น
บุคคลผู้ไม่โกรธตอบต่อบุคคลผู้โกรธ ชื่อว่าชนะสงครามที่ชนะได้ยาก ผู้ใคร่รู้ว่าผู้อื่นโกรธ
เป็นผู้มีสติ สงบใจไว้ได้ ผู้นั้นชื่อว่าประพฤติประโยชน์ของคนทั้ง ๒ ฝ่าย คือ ฝ่ายตนและ
ฝ่ายผู้อื่น^{๖๖}

๓. ด้วยมองคนในแง่ดี คือ ให้มองว่า คนเรานั้นมีส่วนดีบ้างไม่ดีบ้าง ไม่ควรถือว่าเขา
เลวหมด เป็นต้น เขาและเรายังเป็นปุถุชนอยู่ ยังไม่หมดกิเลส เป็นต้น

๔. ด้วยการพรั่นสอนตนเอง คือ ให้สอนตนเองว่า ทำไมเราต้องโกรธเขาอยู่ โกรธเขา
แล้วได้อะไร โฉนเราจึงยอมตัวเองให้ตกอยู่ในอำนาจของความโกรธเล่า ความโกรธทำให้ใจเรา
เป็นทุกข์ไม่ใช่หรือ ความโกรธไม่มีประโยชน์อะไรเลย เราควรเลิกโกรธได้แล้ว เป็นต้น

๕. ด้วยพิจารณาถึงกรรม คือ ให้พิจารณาว่า สัตว์ทั้งปวงมีกรรมเป็นของของตน ใคร
ทำกรรมอันใดไว้ เขาย่อมได้รับผลแห่งกรรมอันนั้นเอง แต่ละบุคคลมีกรรมเป็นของตน มีกรรม
เป็นทายาท มีกรรมเป็นแดนเกิด มีกรรมเป็นพวกพ้อง เป็นที่พึ่งพิง เป็นต้น

๖. ด้วยพิจารณาถึงพระพุทธรูปในปางก่อน คือ ให้พิจารณาว่า พระศาสดาทรง
ลำบากมา ทรงทุกข์ทรมานเพราะการกระทำของผู้อื่นมากมายหลายชาติหลายประการ แต่หาได้ทรง
ผูกโกรธหรือผูกแค้นต่อผู้ใดไม่ เช่น สมัยที่ทรงเป็นช่างรักษาศิลิ์ ทรงยอมให้พรานตัดงาถึง ๓ ครั้ง
พระองค์ก็ไม่มิใจประทุษร้ายในพรานนั้นเลย เป็นต้น

๗. ด้วยพิจารณาความสัมพันธ์กันมาในสังสารวัฏ คือ ให้พิจารณาว่า คนที่ไม่เคยเป็น
มารดา บิดาบุตรธิดา พี่ชาย พี่หญิง น้องชาย น้องหญิงและญาติสายโลหิตมิตรสหายไม่มี เขาเป็น
ศัตรูกับเราในชาตินี้ แต่ชาติก่อน เขาอาจเคยเป็นมารดาบิดาของเราก็ได้บ้าง เคยเป็นผู้อุปการะ
ช่วยเหลือเกื้อกูลเราในชาติก่อนบ้าง เป็นต้น

๘. ด้วยพิจารณาอันสงฆ์เมตตา คือ ให้พิจารณาว่า เมื่อเราทำดี ย่อมได้รับสิ่งที่ดี มี
หลับเป็นสุข ตื่นเป็นสุข สบายอกสบายใจ ทำความดีไม่เดือดร้อนภายหลังเหมือนกับทำความชั่ว
ต้องเดือดร้อนภายหลัง เป็นต้น

^{๖๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๓๒/๒๔๔.

^{๖๖} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๘๕/๒๖๓.

๕. ด้วยพิจารณาแยกธาตุ คือ ให้พิจารณาว่า สิ่งทั้งปวงเป็นเพียงธาตุ ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตนไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขามันเพียงสักแต่ธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ จะโกรธอะไรเล่าอีกไม่นานก็สลายไปแล้ว

๑๐. ด้วยการให้ปันสิ่งของ คือ ให้สิ่งของแก่ผู้ที่เราโกรธ หรือรับเอาสิ่งของที่เขาให้ช่วยเหลือเขา จ้อเขา เป็นต้น

จากข้อความทั้งหมดนั้นสรุปได้ว่า “หลักธรรมที่เป็นปฏิบัติต่อเมตตาธรรม” คงหนีไม่พ้น “ความโกรธ” โดยมีรากะและโมหะเข้ามาเสริมให้มีอำนาจในการทำร้ายมากขึ้น จึงกล่าวได้ว่าความโกรธหรือโทสะนั้น เป็นปฏิบัติต่อเมตตาธรรม บุคคลที่ระงับความโกรธได้จะเป็นบุคคลที่จะอยู่เป็นสุข คือ ไม่มีเวรต่อใคร ไม่มีใครมาจองเวร ไม่เศร้าโศก คือ ไม่ต้องทุกข์ขอกทุกข์ใจ ร้อนกร้อนใจ และผู้ที่ไม่โกรธนั้นย่อมได้ชื่อว่า ชนะสงครามที่ชนะได้ยาก ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกว่า “ผู้ใดโกรธตอบต่อบุคคลผู้โกรธ ผู้นั้นย่อมเลวกว่าผู้โกรธ เพราะการโกรธตอบนั้น บุคคลผู้ไม่โกรธตอบต่อบุคคลผู้โกรธ ชื่อว่าชนะสงครามที่ชนะได้ยาก”^{๑๑}

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้สรรเสริญให้บุคคลกำจัดความโกรธ ดังที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกหมวดฉัตวาสุตราว่าด้วยการฆ่าว่า “บุคคลฆ่าความโกรธได้จึงอยู่เป็นสุข ฆ่าความโกรธได้จึงไม่เศร้าโศก เทวดา พระอริยะทั้งหลายสรรเสริญการฆ่าความโกรธซึ่งมีรากเป็นพิษ มียอดหวาน เพราะบุคคลฆ่าความโกรธนั้นได้แล้ว จึงไม่เศร้าโศก”^{๑๒} ฉะนั้นกล่าวได้ว่า ความโกรธนั้นเป็นปฏิบัติต่อเมตตาธรรม เมื่อมีเมตตา ความโกรธก็ไม่มี เมื่อขาดเมตตา ความโกรธย่อมเข้ามาทันที และเมื่อบุคคลใดฆ่าความโกรธได้ บุคคลนั้นย่อมชื่อว่า มีเมตตาธรรม

๒.๖ อานุภาพและอานิสงส์แห่งเมตตาธรรม

๒.๖.๑ อานุภาพแห่งเมตตาธรรม

อานุภาพ หมายถึง อำนาจ ฤทธิ์เดช ความยิ่งใหญ่^{๑๓} ในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าได้เปรียบอานุภาพของเมตตาธรรมที่บุคคลเจริญเมตตาจิตว่า มีอานุภาพมากกว่าการให้ทาน ๑๐๐ หม้อดัง ที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกหมวดโอกขาสุตราว่าด้วยการให้ทานว่า

^{๑๑} ตี.ส. (ไทย) ๑๕/๒๕๑/๓๖๘.

^{๑๒} ตี.ส. (ไทย) ๑๕/๓๑/๓๕.

^{๑๓} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕, หน้า ๕๔๑.

ภิกษุทั้งหลาย บุคคลใดพึงให้ทานประมาณ ๑๐๐ หม้อใหญ่ในเวลาเช้า บุคคลใดพึงให้ทานประมาณ ๑๐๐ หม้อใหญ่ในเวลาเที่ยง บุคคลใดพึงให้ทานประมาณ ๑๐๐ หม้อใหญ่ในเวลาเย็น บุคคลใดพึงเจริญเมตตาจิตในเวลาเช้าอย่างน้อยเพียงขณะการหยคน้ำนมโค บุคคลใดพึงเจริญเมตตาจิตในเวลาเที่ยงอย่างน้อยเพียงขณะการหยคน้ำนมโค หรือบุคคลใดพึงเจริญเมตตาจิตในเวลาเย็นอย่างน้อยเพียงขณะการหยคน้ำนมโค การเจริญเมตตาจิตนี้มีผลมากกว่าทานที่บุคคลให้แล้ว ๓ ครั้งในวันหนึ่งนั้น^{๗๔}

พระพุทธพจน์นี้แสดงให้เห็นว่า อานุภาพของเมตตาจิตนั้นมากกว่าการให้ทานหลายเท่า เพียงแค่บำเพ็ญเมตตาจิตชั่วขณะหนึ่งเท่านั้น ในแต่ละเวลาไม่จำเป็นที่จะต้องเสียเงินเสียทองมากมายอะไรเลยในการทำบุญหรือสร้างความคิดต่างๆ เช่น ที่ทำกันอยู่ทุกวันนี้ พุทธศาสนิกชนมักให้ทานบริจาคเงินสร้างวัด เป็นหลัก โดยลืมไปว่า การสร้างบุญหรือทำความดีนั้นพระพุทธเจ้าทรงสอนว่า มี ๓ ประการ ดังที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกในสังคีติหมวด ๓ ว่า ด้วยบุญกิริยาวัตถุ ๓ คือ

๑. ทานมัชฌบุญกิริยาวัตถุ (บุญกิริยาวัตถุที่สำเร็จด้วยทาน)
๒. ศีลมัชฌบุญกิริยาวัตถุ (บุญกิริยาวัตถุที่สำเร็จด้วยศีล)
๓. ภาวนามัชฌบุญกิริยาวัตถุ (บุญกิริยาวัตถุที่สำเร็จด้วยภาวนา)^{๗๕}

บุญกิริยาวัตถุ ๓ ประการนี้ พระพุทธเจ้าตรัสว่าไม่ถึง เสี้ยวที่ ๑๖ แห่งเมตตาเจโตวิมุตติด้วยซ้ำ ดังปรากฏในเมตตาทานสูตรว่าด้วยการเจริญเมตตาว่า “ภิกษุทั้งหลาย บุญกิริยาวัตถุที่มีอุปธิเป็นเหตุทั้งหมด ไม่ถึงเสี้ยวที่ ๑๖ แห่งเมตตาเจโตวิมุตติ เมตตาเจโตวิมุตติเท่านั้น แม้แสงบริสุทธิ์ แผลผากิเลส รุ่งเรืองเหนือกว่าบุญกิริยาวัตถุทั้งหมดนั้น”^{๗๖}

จะเห็นได้ว่า บุญที่สูงสุคนั้นเกิดจากการบำเพ็ญเมตตาธรรม แม้ในการสวดพุทธมนต์ที่พระสงฆ์ท่านใช้สวดกันอยู่ในปัจจุบัน ในงานต่างๆ ส่วนใหญ่แล้ว มักจะเกี่ยวข้องกับเมตตา คือ การแผ่เมตตา ความรัก ความปรารถนาดี ไปยังสัตว์ทั้งหลาย มีเจ้ากรรมนายเวร ภูตผีปีศาจ สัตว์เดรัจฉาน เทวดาอารักษ์ เป็นต้น เพื่อให้เกิดเมตตาจิตต่อกัน ไม่อาฆาตพยาบาทเบียดเบียนกัน ให้กลับเป็นมิตรมีไมตรีต่อกัน และช่วยปกป้องคุ้มครองรักษาให้อยู่ดีมีสุข ทำมาค้าขายร่ำรวย เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสสอนให้ภิกษุเจริญเมตตาสม่ำเสมอ จะเป็นเครื่องป้องกัน

^{๗๔} ส.น. (ไทย) ๑๖/๒๒๖/๓๑๕.

^{๗๕} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๖๕.

^{๗๖} บ.อุ.ติ. (ไทย) ๒๕/๒๗/๓๗๒.

อันตรายต่างๆ จากผู้ไม่หวังดีได้ ดังที่ปรากฏในกถาสูตราด้วยตระกูลว่า “ตระกูลเหล่าใดเหล่าหนึ่ง มีสตรีน้อย มีบุรุษมาก ตระกูลเหล่านั้นย่อมถูกพวกโจรผู้ให้หม้อเป็นเครื่องมือปล้นได้ยาก ฉันทิเมตตาคเจิโตวิมุตติที่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ภิกษุนั้นย่อมถูกพวกอมนุษย์ก่อกำจัดได้ยาก ฉันทิมน^{๓๗}”

ฉะนั้น การอบรมบ่มเพาะเมตตาคเจิให้มาก ย่อมทำให้จิตตั้งมั่นแน่วแน่ สามารถที่จะต้านทานอันตรายที่จะพึงเกิดขึ้น ได้ดังตัวอย่างที่ยกเป็นอุทาหรณ์ ดังนี้

๑. อานุภาพในการทำให้เทวดากลับใจเป็นมิตร

ดังที่ปรากฏในพระธรรมบทเรื่องภิกษุผู้ปรารถนาวิปัสสนาความโดยสังเขปมีดังนี้ ในครั้งพุทธกาล พระภิกษุกลุ่มหนึ่งทูลลาพระพุทธเจ้าไปแสวงหาสถานที่ปฏิบัติกรรมฐาน ได้ไปพักอยู่จำพรรษาในป่าใหญ่ไม่ไกลจากหมู่บ้านเท่าไรนัก ในป่าแห่งนั้นมีเทวดาลิงสถิตอยู่ตามต้นไม้ พวกเทวดาเห็นพระสงฆ์ทรงศีลมาพักอาศัยใต้ต้นไม้ จึงพากันลงมาขังพื้นดิน โดยคิดว่า พระภิกษุเหล่านั้นคงอยู่ไม่นานก็ไป แต่วันเวลาผ่านไปๆ สองวัน สามวัน จนครึ่งเดือน ก็ไม่เห็นท่าทีว่า พระภิกษุเหล่านั้นจะออกไปจากป่าเลย เนื่องจากเทวดาเหล่านั้นเคยได้รับความสะดวกสบายมาก่อน เมื่อตัวเองไม่ได้อยู่อาศัยเดิมจึงโกรธ ทนไม่ไหว คิดหาอุบายเพื่อให้พระภิกษุเหล่านั้นออกไปจากป่า

ตั้งแต่นั้น พวกเทวดาก็สำแดงฤทธิ์เป็นภูตผีปีศาจมาหลอกหลอนพระภิกษุ จนพระภิกษุเหล่านั้นหวาดกลัวอยู่ไม่เป็นสุข ต่างพูดเป็นเสียงเดียวกันว่า รู้สึกไม่สบาย นอนไม่หลับ ถูกผีหลอก เห็นผีหัวขาดเดินไปมาน่ากลัว บางครั้งก็ได้ยินเสียงโหยหวนเอือกเหินจนขนลุก อยู่ที่นี่ต่อไปไม่ไหวแล้ว ในที่สุดจึงพากันหนีออกจากป่าเดินทางกลับวัด กราบทูลให้พระพุทธเจ้าทรงทราบเหตุการณ์ที่ประสบมา^{๓๘} จากนั้นพระพุทธเจ้าจึงประทานมนต์คาถา คือ เมตตาสูตราว่าด้วยการแผ่เมตตาแก่ภิกษุเหล่านั้น ดึงใจความย่อบางตอนในพระไตรปิฎกว่า

ผู้ฉลาดในประโยชน์มุ่งหวังบรรลุสันตบพ^{๓๙} ควรบำเพ็ญกรณียกิจ^{๔๐} ควรเป็นผู้อาจหาญ
ชื่อตรง เครื่องครัด วาง่าย อ่อนโยน และไม่เย่อหยิ่ง ควรเป็นผู้สันโดษ เลี้ยงง่าย มีกิจ

^{๓๗} ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๒๒๕/๓๑๔.

^{๓๘} คุรยยะเยียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๐/๑/๒/๑/๔๒๘-๔๓๑.

^{๓๙} สัตตบพ หมายถึงนิพพาน; พุ.อุ.อ. (บาลี) ๕/๒๑๒.

^{๔๐} กรณียกิจ หมายถึงการศึกษาในไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา; พุ.อุ.อ. (บาลี) ๕/๒๑๒.

น้อย^{๕๐} มีความประพฤติเบา^{๕๑} มีอินทรีย์สงบ มีปัญญารักษาดน ไม่คะนอง^{๕๒} ไม่ยึดคิดใน
ตระกูลทั้งหลาย อนึ่ง ไม่ควรประพฤติความเสียใจๆ ที่จะป็นเหตุให้วิญญูชนเหล่าอื่น
ตำหนิเอาได้ (ควรแผ่เมตตาไปในสรรพสัตว์อย่างนี้ว่า ขอสัตว์ทั้งปวงจงมีความสุข มีความ
เกษม มีตนเป็นสุขเถิด^{๕๔} ดังนี้เป็นต้น

เมื่อภิกษุทั้งหลายนำกลับไปประพฤติปฏิบัติสวดสาธยาย ทำให้เทวดาในป่าทั้งสิ้นรู้สึก
ได้ถึงกระแสจิตอันบริสุทธิ์แห่งเมตตาธรรมที่แผ่มาถึงตน กระทั่งเทวดาเกิดเมตตาจิตให้การต้อนรับ
ปกปักรักษาพระภิกษุเหล่านั้นเป็นอย่างดี ตั้งแต่นั้นมา

๒. อานุภาพในการชนะไพริยยา

ดังที่ปรากฏในพระธรรมบทเรื่องอุบาสิกาชื่อว่าอุตราความโดยสังเขปมีดังนี้ ในครั้ง
พุทธกาล นางอุตราเป็นคนชอบทำบุญ ฟังธรรม เป็นประจำ โดเป็นสาวได้แต่งงานกับเศรษฐีคน
หนึ่ง ต้องปรนนิบัติสามี ดูแลงานบ้านต่างๆ จนทำให้นางมีเวลาน้อยในการเข้าวัด ฟังธรรม จึง
บอกแก่พ่อแม่ เมื่อพ่อแม่ของนางรู้เรื่องไม่สบายใจ จึงได้จ้างนางสิริมาซึ่งเป็นโสเภณีมาบำเรอ
แทนลูกสาวของตัวเอง อยู่มาวันหนึ่ง นางสิริมา โสเภณี เกิดความริษยาในตัวนางอุตราที่เป็น
ภรรยาของเศรษฐี จึงไปหยิบทัพพีตักเนยใสเคียดพล่านที่กำลังทอดขนมอยู่เข้าไปหานางอุตรา
หวังจะทำร้าย เมื่อนางอุตราเห็นเข้า นางก็ตั้งจิตแผ่เมตตาไปถึงนางสิริมา โสเภณี ว่า “เพื่อนหญิง
ของเรามีอุปการะมาก จักรวาลดูแลกันไป พรหมโลกก็ต่า่นัก เมื่อเทียบกับคุณของเพื่อนหญิง
ของเรานี้ เพราะเธอทำให้เราได้ทำบุญกุศล ถ้าเรามีความโกรธแค้นกับเธอขอให้เนยใสร้อนนี้จง
ลวกใส่เรา ถ้าไม่มีขออย่าให้ลวก” ปรากฏว่าด้วยอานุภาพการตั้งเมตตาจิตของนางอุตราจึงทำให้
เนยใสนั้นก็กลับเป็นน้ำเย็น^{๕๕} ดังนี้เป็นต้น

๓. อานุภาพเมตตาจิตพิชิตศัตรูราช

ในครั้งพุทธกาล พระสามาวดีถูกพระนางมาคันทियाใส่ร้ายว่า พระนางคิดร้ายพระราชา
ที่เอาจูพิชมาใส่ไว้ในรางพินของพระราชาทั้งที่พระนางสามาวดีไม่ได้ทำทำให้พระราชากริ้วมาก

^{๕๐} มีกัจจน้อย ในที่นี้หมายถึง ไม่ชวนชวชในการทำให้ฟังชาน ไม่พูดคุยเพื่อจ้อ ไม่กลุกกลีด้วย
หมู่ เป็นต้น มุ่งบำเพ็ญสมณธรรมเป็นหลัก; พุ.ขุ.อ. (บาลี) ๕/๒๑๖.

^{๕๑} มีความประพฤติเบาในที่นี้หมายถึงมีเพียงบริจาร ๘ ไม่สะสมสิ่งของมาก (พุ.ขุ.อ. (บาลี) ๕/๒๑๖.

^{๕๒} ไม่คะนอง หมายถึงไม่คะนองกาย วาจา ใจ (พุ.ขุ.อ. (บาลี) ๕/๒๑๗).

^{๕๔} พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑-๓/๒๐-๒๑.

^{๕๕} ุร่ายละเอียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๒/๑/๒/๓/๔๔๘-๔๔๘.

จึงสั่งให้คนนำธนูมา พระองค์ทรงยิงธนูหมายฆ่าพระนางสามาวดี ในขณะที่พระนาง สามาวดีจึงได้พูดเตือนสตินางสนมรับใช้ว่า ที่ฟังอื่นของพวกเราไม่มีแล้วนะ ขอให้ตั้งจิตแผ่เมตตาไปถึงพระเจ้าอยู่หัว แผ่เมตตาไปถึงพระมหากษัตริย์ และแผ่เมตตาให้กับตนเอง อย่าได้โกรธแค้นต่อใครๆ

ด้วยอานุภาพแห่งเมตตาของพระนางสามาวดีกับพวก ลูกศรที่ท้าวเธอยิงไปนั้นกลับหมุนย้อนกลับไปหาพระราชแล้วหล่นลงพื้น พระราชาทรงตกพระทัยพลาญคำริว่า ลูกศรไม่มีชีวิตจิตใจยังรู้คุณของพระนางสามาวดี เราเป็นมนุษย์แท้ๆ กลับไม่รู้ จึงทิงธนูแล้วทรงขอโทษพระนางสามาวดี ตั้งแต่นั้นมาก็ทรงเลื่อมใสในพระรัตนตรัย^{๔๖} ดังนี้ เป็นต้น

สรุปได้ว่า อานุภาพของเมตตาธรรมนั้นมีมาก รุ่งเรืองกว่าการให้ทานเป็นร้อยเท่า เป็นธรรมะที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแนะนำวิธีเอาชนะศัตรูด้วยอาวุธ คือ เมตตา พระองค์ทรงสอนให้ตั้งจิตแผ่เมตตาไปยังสรรพสัตว์ เทวดาอารักษ์ และภูตผีวิญญาณทั้งหลาย เพื่อให้เสวยสุข ไม่เบียดเบียนทำร้ายกัน ไม่คิดอาฆาตจองเวรต่อกัน เพียงเพราะความโกรธขัดเคือง จึงควรแผ่เมตตาจิตไปยังสัตว์ทั้งปวงโดยไม่จำกัดประมาณขอบเขต เพราะฉะนั้น เมตตาเจโตวิมุติ จึงเป็นหลักธรรมที่สามารถเอาชนะกิเลสและสร้างความสงบได้ ดังที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกหมวดเมตตภาวนาสูตราว่ด้วยการเจริญเมตตาว่า

ผู้มีสติตั้งมั่น เจริญเมตตาแผ่ไปไม่มีประมาณ พิจารณาเห็นธรรมเป็นที่สิ้นอุปธิ ย่อมมีสังโยชน์เบาบาง หากบุคคลมีจิตไม่คิดประทุษร้ายแม้ชีวิตเดียว เจริญเมตตาเป็นประจำอยู่ ก็เป็นผู้ชื่อว่าฉลาดเพราะการเจริญเมตตานั่น แต่พระอรหันต์ผู้มีใจอนุเคราะห์สัตว์ทุกหมู่เหล่า ชื่อว่าสั่งสมบุญไว้เป็นอันมาก พระราชาผู้ทรงธรรมเช่นกับฤๅษี ทรงชนะใจหมู่สัตว์ทั่วแผ่นดินด้วยราชธรรม ทรงบูชาอัยย คือ (สัสสมณะ ปุริสเมระ สัมมาปาสะ วาชเปยยะ และนิรัลคพะ)^{๔๗} เสด็จเที่ยวไป ยัญเหล่านี้ ยังไม่ถึงเสียที่ ๑๖ แห่งเมตตาเจโตวิมุติที่บุคคล

^{๔๖} คูรายละเอียดยใน พ.ศ.อ. (ไทย) ๔๐/๑/๒/๑/๒๘๕-๒๘๖.

^{๔๗} ยัญ ๕ นี้ เดิมทีเดียว คือ ราชสังกัตถุ (หลักสงเคราะห์ของพระราช) มีดังนี้ ๑. สัสสมณะ ฉลาดในการบำรุงพืชพันธุ์ธัญญาหาร ๒. ปุริสเมระ ฉลาดในการบำรุงข้าราชการ รู้จักส่งเสริมคนดีมีความสามารถ ๓. สัมมาปาสะ ความรู้จักผูกผสานรวมใจประชาชนด้วยการส่งเสริมอาชีพ ๔. วาชเปยยะ ความมีวาจาอันดูดีมีน้ำใจ ๕. นิรัลคพะ บ้านเมืองสงบสุข ปราศจากโจรสลัด ไม่ต้องระแวงภัย บ้านเรือนไม่ต้องลงกลอน ยัญ ๔ ประการแรก เป็นเหตุ ส่วนยัญประการสุดท้ายเป็นผล (อง.อภฺรฺก.อ.๓/๑/๒๑๓, พ.อ.อิ.อ. ๒๗/๑๐๖-๑๐๘, อง.จตุกก.ฎีกา ๒/๓๕/๓๗๑-๓๗๒, อง.อภฺรฺก.ฎีกา ๓/๑/๒๔๕/๒๕๒).

เจริญดีแล้ว ผู้มีเมตตาในสัตว์ทุกหมู่เหล่า จะไม่ฆ่าเอง ไม่ใช้ให้ผู้อื่นฆ่า ไม่ชนะเอง ไม่ใช้ให้ผู้อื่นชนะ ไม่มีเวรกับใครๆ^{๘๘}

๒.๗.๒ อานิสงส์แห่งเมตตา

อานิสงส์ หมายถึง ผลแห่งกุศลกรรม ผลบุญ^{๘๙} ในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เชื่อว่า การทำบุญกุศลหรืออกุศลนั้นว่า เกิดจากการกระทำของตัวเอง ไม่มีผู้อื่นเป็นผู้กำหนด หรือคลบบันดาลให้ ดังที่ปรากฏในหมวดนิวรรณ์วรรคข้อที่ ๕ ฐานสูตรว่าด้วยฐานะที่ควรพิจารณาเนื่องๆ ผลแห่งการพิจารณาฐานะ ๕ ประการว่า “เรามีกรรมเป็นของตน เป็นผู้รับผลของกรรม มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย เราทำกรรมใดไว้จะเป็นกรรมดีหรือกรรมชั่วก็ตาม ย่อมเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น”^{๙๐}

ฉะนั้น เมื่อทำอะไรลงไปแล้วสิ่งที่เราทำนั้นก็ส่งผลตามมาให้เราได้เสวย อย่างแน่นอน ขึ้นอยู่กับว่ามันจะส่งผลเร็วหรือช้าเท่านั้น ไม่มีใครหนีพ้นสิ่งที่ทำลงไปได้ เพราะฉะนั้นเมื่อความมีเมตตาอันบุคคลปฏิบัติแล้ว เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ทำให้เป็นที่ตั้งไว้เนื่องๆ สังคมแล้ว ประารถเสมอดีแล้ว พระพุทธเจ้าตรัสว่าพึงได้อานิสงส์ ๑๑ ประการ ดังที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกหมวดเมตตากถาว่าด้วยเมตตากถาว่า

๑. กลับเป็นสุข ๒. ตื่นเป็นสุข ๓. ไม่ฝันร้าย ๔. เป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย ๕. เป็นที่รักของอมมนุษย์ทั้งหลาย ๖. เทวดาทั้งหลายรักษา ๗. ไฟ ยาพิษ หรือศัสตราคมกล้ากรายไม่ได้ ๘. จิตตั้งมั่นเร็ว ๙. สีหน้าสดใส ๑๐. ไม่หลงลืมสติตาย ๑๑. เมื่อยังไม่แทงตลอดคุณวิเศษอันยอดเยี่ยมยังยอมเข้าถึงพรหมโลก^{๙๑}

ซึ่งพระอรธรรคถาจารย์ได้อธิบายความได้ดังต่อไปนี้

๒.๗.๒.๑ กลับเป็นสุข หมายถึง คนทั้งหลายจำพวกที่ไม่ได้สำเร็จเมตตาเจโตวิมุติ เมื่อนอนก็ไม่นอนอยู่แต่ข้างขวาทางเดียว นอนกึ่งกลับไปกลับมารอบตัว และนอนกรน คือ ขณะเมื่อหายใจเข้าทำเสียงดังอยู่โครกๆ เช่นนี้ชื่อว่านอนเป็นทุกข์ ส่วนเมตตาวิหารี

^{๘๘} พุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๒๗/๓๗๓-๓๗๔.

^{๘๙} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕, พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์ปริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๓๕. หน้า ๕๔๑.

^{๙๐} อ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๗/๑๐๐.

^{๙๑} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๒/๔๖๐-๔๖๑.

บุคคลนี้ไม่นอนเหมือนอย่างนั้น ชื่อว่านอนเป็นสุข แม้เมื่อนอนหลับสนิทแล้วก็มีอาการเหมือนกับคนเข้าสมาบัติ

๒.๗.๒.๒ ตื่นนอนก็เป็นสุข หมายถึง คนเหล่านี้ที่ไม่ได้สำเร็จเมตตาคเจโตวิมุตินั้น โดยเหตุที่นอนเป็นทุกข์ไม่ได้ความสุขในขณะที่หลับอยู่ เมื่อตื่นขึ้นมาจึงทอดถอนหายใจใหญ่ สิวี่หน้า บิดไปบิดมาข้างโน้นข้างนี้ ดังนี้ ชื่อว่า ตื่นเป็นทุกข์ ฉันทใด ส่วนเมตตาวีรียุคคลนี้ ตื่นขึ้นมาแล้วไม่เป็นทุกข์เหมือนอย่างนั้น ตื่นขึ้นมาอย่างสบาย ไม่มีอาการอันน่าเกลียด ชื่นบาน เหมือนกับดอกปทุมที่กำลังแย้มบาน

๒.๗.๒.๓ ไม่ฝันร้าย หมายถึง เมตตาวีรียุคคลเมื่อฝันเห็นสุบินนิมิต ก็เห็นแต่สุบินนิมิตที่ดีๆ ทั้งนั้น เช่น ฝันว่าได้ไปไหว้พระเจดีย์ ได้ไปทำการบูชาพระรัตนตรัย หรือได้ฟังพระธรรมเทศนา ส่วนคนเหล่านี้ที่ไม่ได้สำเร็จเมตตาคเจโตวิมุติ ย่อมฝันเห็นนิมิตอันน่าเกลียดน่ากลัวต่างๆ เช่น ฝันว่าตนถูกพวกโจรมารุมล้อม ถูกพวกสุนัขป่าไล่ขบกัด หรือตกลงไปในเหว ฉันทใด เมตตาวีรียุคคลไม่ฝันเห็นสุบินนิมิตอันเลวร้ายเช่นกัน

๒.๗.๒.๔ เป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย หมายถึง เมตตาวีรียุคคลย่อมเป็นที่รักใคร่เป็นที่เจริญใจของคนทั้งหลายเหมือนสร้อยไข่มุกที่พาดอยู่ที่หน้าอก หรือเหมือนดอกไม้ที่ปักอยู่บนศีรษะ ย่อมเป็นที่รักใคร่เป็นที่เจริญใจของคนทั้งหลาย

๒.๗.๒.๕ เป็นที่รักของอมมนุษย์ทั้งหลาย หมายถึง เมตตาวีรียุคคลย่อมเป็นที่รักใคร่เป็นที่เจริญใจของพวกมนุษย์ ฉันทใด ก็ย่อมเป็นที่รักใคร่เป็นที่เจริญใจแม้ของพวกอมมนุษย์ ฉันทนั้น เช่น พระวิสาขาเป็นตัวอย่าง

๒.๗.๒.๖ เทวดาทรงหลายรักษา หมายถึง เทวดาทรงหลายย่อมคอยเฝ้ารักษาเมตตาวีรียุคคลเสมือนมารดาบิดาคอยเฝ้ารักษานูตร

๒.๗.๒.๗ ไฟ ยาพิษ หรือศัสตรากล้ำกรายไม่ได้ หมายถึง ไฟไม่กล้ำกรายเข้าไปในกายของเมตตาวีรียุคคล เช่น อุบาสิกาเชื้ออุดตราเป็นตัวอย่าง หรือ ยาพิษไม่กำซาบเข้าไปในร่างกายของเมตตาวีรียุคคล เช่น พระจูฬสีวลีเถระผู้ชำนาญสังยุตตนิคายเป็นตัวอย่าง หรือ ศัสตราไม่บาดร่างกายของเมตตาวีรียุคคล เช่น สังกิจจสามเณรเป็นตัวอย่าง เฉพาะชื่อว่าศัสตรา มีแม่โคนมเป็นตัวอย่าง

๒.๗.๒.๘ จิตตั้งมั่นเร็ว หมายถึง เมื่อพิจารณาก็มีภูฐานจิตของเมตตาวีรียุคคลย่อมเป็นสมาธิได้อย่างรวดเร็วที่เดียวไม่มีความเฉื่อยชालเลย

๒.๗.๒.๕ สีหน้าสดใส หมายถึง ใบหน้าของเมตตาวิหารีบุคคลนี้ย่อมมีผิวพรรณ
ผ่องใสเหมือนลูกตาลูกที่หล่นจากขี้ไผ่ใหม่ๆ

๒.๗.๒.๑๐ ไม่หลงลืมสติตาย หมายถึง การตายด้วยความหลงยอมไม่มีแก่เมตตาวิหารีบุคคล คือ เมตตาวิหารีบุคคลไม่หลงทำกาลกิริยาเลย เมื่อตายเป็นเสมือนคนนอนหลับ
ฉะนั้น

๒.๗.๒.๑๑ เมื่อยังไม่แทงตลอดคุณวิเศษอันยอดเยี่ยม ย่อมเข้าถึงพรหมโลก หมายถึง
เมตตาวิหารีบุคคลเมื่อยังไม่สามารถที่จะบรรลุถึงซึ่งพระอรหันต์ผลอันเป็นคุณชั้นสูงยิ่งกว่าเมตตาสมาบัติ ครั้นเคลื่อนจากมนุษย์โลกนี้แล้ว ก็จะเข้าถึงพรหมโลกทันที เป็นเสมือนหลับแล้วตื่นขึ้น
๕๒

สรุปได้ว่า ผู้ประสงค์เป็นที่รักเป็นที่นับถือของผู้อื่น หรือผู้ที่หวังความสุขความสงบ
ทางจิตใจ พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนว่า มนุษย์ทุกคนจะต้องแผ่ความรักและเจริญความรักในสัตว์
ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง ต้องสร้างความมีเมตตาไว้ในจิตใจ ด้วยการปฏิบัติอย่าง
สม่ำเสมอ และทำอย่างจริงจัง อบรมบ่มเพาะเป็นนิสัย สังขมาให้มาก ทำเป็นที่อาศัยเหมือน
ยานพาหนะเป็นที่อาศัยเดินทาง เพราะวิธีปลุกต้นเมตตานี้ไม่ทำให้หนักตัวเพราะพกพาไป ไม่ต้อง
กลัวหาย และไม่ต้องกลัวถูกลักขโมย เพราะมีติดตัวติดใจประจำอยู่ตลอดเวลา เหมือนเงาของตัว
เราติดตัวเราไปตลอด

ประเด็นปัญหาอันสงฆ์เมตตา

คนที่แผ่เมตตาจิตเป็นนิตย์ย่อมได้รับอานิสงส์ ๑๑ ประการ ตามที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้
มีอยู่ข้อหนึ่งที่ว่า “ไฟ ยาพิษ ศัสตรา ไม่กล้ากราย”^{๕๓} แล้วทำไมพระนางสามาวดีซึ่งได้รับการ
สรรเสริญว่าเป็นผู้อยู่ด้วยเมตตาธรรม จึงถูกไฟเผาตายทั้งเป็น

ประเด็นนี้ ในคัมภีร์พุทธศาสนาทั้งหลาย เช่น คัมภีร์อรรถกถาธรรมบทได้กล่าวถึง
พลังอำนาจแห่งเมตตาและอำนาจพระปริตรไว้ว่า สามารถป้องกันภัยอันตรายที่จะพึงเกิด ป้องกัน
ความตายที่ยังไม่ถึงคราวได้ ยกเว้นคนที่มิวิบากกรรมเก่าในอดีตชาติคืออย่าง “พระนางสามาวดีถูก

^{๕๒} พระพุทธโฆสเถระ รัตนาคัมภีร์วิสุทธิมรรค, สมเด็จพระพุทธอาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปล,
หน้า ๕๓๕-๕๓๖.

^{๕๓} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๒/๔๖๑.

ไฟเผา ก็เพราะเมื่อชาติก่อนได้เผาพระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งเป็น เป็นอกุศลกรรมในกาลก่อนนางจึงต้องชดใช้^{๕๔}

ส่วนในคัมภีร์มีลินทปัญหาระบุเป็นกรณีไว้ตอนหนึ่งในเมตตานิสงสปัญหาวา คุณเมตตาทรมวิหารนี้คุ้มครองได้ในขณะที่กำลังเจริญพรหมวิหารอยู่เท่านั้น^{๕๕} คือเมื่อบุคคลแผ่เมตตาด้วยใจแน่วแน่ในขณะใด ในขณะนั้นไฟก็ไม่ไหม้ ยาพิษก็ไม่ถูก ศัสตราก็เคล็ดลลาด ผู้มุ่งทำร้ายก็ไม่ได้โอกาส ถ้าผลออกไปไม่ตั้งจิต แผ่เมตตาก็ไม่อาจต้านทานภัยนั้นได้ เหมือนอย่างสุวรรณสามกุมารซึ่งได้รับการกล่าวขานว่าเป็นผู้มีเมตตาจิตสูงส่ง ยังโดนลูกหลงถูกลูกศรปักอกปางตาย เนื่องจากเดินแบกหม้อน้ำอยู่ในป่า เป็นต้น

สรุปได้ว่า อานิสงส์ของเมตตาธรรมนั้นมีมากมาย สามารถทำให้ใจเป็นสุข อันตรายต่างๆ ส่วนใหญ่ล้วนอันตรายหายไปได้ การพิจารณาอานิสงส์ของเมตตานี้ก่อให้เกิดความสงบขึ้นในจิตใจของเรา สามารถที่จะดับความโกรธได้ และสามารถเป็นกำลังใจให้กับคนที่ทำความดีได้ว่า การมีแผ่ความรักและเจริญความรักในสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวงนั้นไม่มีวันสูญเปล่า เป็นสิ่งที่จะนำเราไปสู่แดนสุคติโลกสวรรค์ และพระพุทธรูปก็ทรงสรรเสริญ

๒.๘ การใช้หลักเมตตาธรรมและวิธีการแผ่เมตตา

๒.๘.๑ การใช้หลักเมตตาธรรมและวิธีการแผ่เมตตา

การใช้หลักเมตตาธรรมและวิธีการแผ่เมตตานี้ พระพุทธรูปเจ้าได้ตรัสสอนให้ทุกคนตั้งอยู่ในความรักเป็นหลัก นั่นก็คือ การแผ่ความรักและการเจริญความรักในสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวงโดยการตั้งอยู่ในศีลในธรรมเป็นหลัก นั่นก็คือ การประพฤติสุจริตธรรม มีความรักต่อสัตว์ทั้งหลาย ให้ความเคารพ สงเคราะห์กันและกัน ไม่วิวาทกัน มีความสามัคคีเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เป็นต้น ฉะนั้น พระพุทธรูปเจ้าจึงได้ตรัสสอนให้คนเรานั้นอยู่ร่วมกันด้วยความรัก ทรงแสดงวิธีการใช้และวิธีการแผ่เมตตา ๓ ประการ ดังที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกหมวดทุคยสารณียสูตร ปฐมสารณียสูตร และสังคาลกสูตรตอนหนึ่งว่า

^{๕๔} คุรยละเอียดใน พ.ธ.อ. (ไทย) ๔๐/๑/๒/๑/๒๕๕-๓๐๑.

^{๕๕} มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, คัมภีร์มีลินทปัญหา (ไทย-บาลี), (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๕๐), หน้า ๓๒๕.

๑. เมตตากายกรรม^{๕๖} คือ จะทำสิ่งใด ก็ทำด้วยเมตตา
๒. เมตตาวจีกรรม คือ จะพูดสิ่งใด ก็พูดด้วยเมตตา
๓. เมตตามโนกรรม คือ จะคิดสิ่งใด ก็คิดด้วยเมตตา^{๕๗}

อธิบายว่า

“การใช้เมตตากายกรรมนั้น” กล่าวได้ว่า พระพุทธองค์ทรงสอนว่า “จะทำสิ่งใด ก็ทำด้วยเมตตา”^{๕๘} หมายความว่า การแสดงออกทางกาย เป็นการแสดงออกมาทางสุจริตธรรม ๓ ประการ อันได้แก่ ๑. การเว้นจากการฆ่าสัตว์ ตัดชีวิตเลี้ยงชีพ ให้ตั้งอยู่ในสัมมาอาชีวะ เป็นต้น ๒. การเว้นจากการลักทรัพย์ การปล้น การเอาไร้อาเปรียบผู้อื่น การทุจริตต่อหน้าที่ การฉ้อราษฎร์บังหลวง เป็นต้น และ ๓. การเว้นจากการประพฤตินอกใจ ไม่ผิดลูกผิดเมียเขา การไม่ทำร้ายจิตใจผู้อื่น ไม่ข่มเหงรังแกทางเพศ เป็นต้น นี่คือวิธีการที่พระพุทธเจ้าทรงสอนการแผ่และเจริญเมตตาทางกายต่อตนเอง ต่อผู้อื่นและต่อสัตว์ทั้งหลาย ดังนั้น เมื่อบุคคลใดไม่ทำความชั่วทางกาย บุคคลนั้นย่อมชื่อว่า มีเมตตากายกรรม

“การใช้เมตตาวจีกรรมนั้น” กล่าวได้ว่า พระพุทธองค์ทรงสอนว่า “จะพูดสิ่งใด ก็พูดด้วยเมตตา”^{๕๙} หมายความว่า คนเรานั้นควรกล่าววาจาสุภาษิตอันประกอบไปด้วยสุจริตธรรม ๔ ประการ อันได้แก่ ๑. การเว้นจากการพูดเท็จ พูดโกหก พูดให้ผู้อื่นเข้าใจผิดไปจากความจริง พูดหลอกลวงโดยหวังทรัพย์สินเงินทองผู้อื่น เป็นต้น ๒. การเว้นจากการพูดส่อเสียด พูดยุยงให้ผู้อื่นแตกแยกกัน สร้างความริวอาชานให้ผู้อื่น เป็นต้น ๓. การเว้นจากการคำหยาบ คำไม่สุภาพ คำอับมงคล คำลบหลู่ผู้อื่น เป็นต้น ๔. การเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ พูดในสิ่งที่ตัวเองไม่เห็น พูดว่าร้ายใส่ร้ายผู้อื่น ใส่ร้ายต่างๆ นานา เป็นต้น นี่คือวิธีการที่พระพุทธเจ้าทรงสอนการแผ่และเจริญเมตตาทางวาจา ต่อตนเอง ต่อผู้อื่นและต่อสัตว์ทั้งหลาย ดังนั้น เมื่อบุคคลใดไม่ทำความชั่วทางวาจา บุคคลนั้นย่อมชื่อว่า มีเมตตาวจีกรรม

“การใช้เมตตามโนกรรมนั้น” กล่าวได้ว่า พระพุทธองค์ทรงสอนว่า “จะคิดสิ่งใด ก็คิดด้วยเมตตา”^{๖๐} หมายความว่า คนเรานั้นต้องคิดแต่สิ่งที่ดีงาม คิดสิ่งที่ชอบที่ควร อันประกอบไป

^{๕๖} เมตตากายกรรม หมายถึง กายกรรมที่พึงทำด้วยจิตประกอบด้วยเมตตา และเมตตาวจีกรรม เมตตามโนกรรมก็มีอรรถาธิบายเช่นเดียวกันนี้ (อภ.นค.อ. ๓/๑๑/๕๗)

^{๕๗} คุรยละเอียดเพิ่มใน อภ.นค.อ. (ไทย) ๒๒/๑๑-๑๒/๔๒๖-๔๒๗, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๗๒/๒๑๖.

^{๕๘} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๗๒/๒๑๖.

^{๕๙} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๗๒/๒๑๖.

^{๖๐} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๗๒/๒๑๖.

ด้วยสุจริตธรรม ๓ ประการ อันได้แก่ ๑. ต้องเว้นจากการคิดพยาบาท อาฆาตเค้นผู้อื่น ไม่คิดจองเวรผู้อื่นทั้งที่เป็นศัตรูและไม่ใช่ศัตรู เป็นต้น ๒. ต้องเว้นจากการประทุษร้ายร่างกาย ทรัพย์สินเงินทองผู้อื่น เป็นต้น ๓. ต้องเว้นจากการเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม สิ่งที่ไม่ดี ไม่ควรทำก็อย่าคิดทำ สิ่งใดเดือดร้อนตัวเองและผู้อื่นก็อย่าคิดทำ เป็นต้น นี่คือวิธีการที่พระพุทธเจ้าทรงสอนการแผ่และเจริญเมตตาทางใจ ต่อตนเอง ต่อผู้อื่นและต่อสรรพสัตว์ ดังนั้น เมื่อบุคคลใดไม่ทำความชั่วทางใจ บุคคลนั้นย่อมชื่อว่าเมตตาตามโนกรรม

จากที่กล่าวมาแสดงให้เห็นว่า การที่หลายคนคิดว่าการใช้หลักเมตตาธรรมและวิธีการแผ่เมตตานั้นจะต้องสวดมนต์ จะต้องขอพรหรืออ้อนวอนต่างๆ แท้ที่จริงไม่ใช่เลย วิธีการสวดมนต์ขอพรหรืออ้อนวอนนั้นเป็นส่วนหนึ่งของการทำความดีเท่านั้น แท้ที่จริงแล้วการใช้หรือการแผ่เมตตาธรรมนั้นขึ้นอยู่กับประพฤติปฏิบัติโดยมีความรักเป็นแกน เปรียบเสมือนกับการบูชาที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนไว้ ๒ ประการ “คือ

๑. อามิสบูชา การบูชาด้วยสิ่งของมีจตุปัจจัย เป็นต้น
๒. ปฏิบัติบูชา คือ การบูชาด้วยการปฏิบัติ^{๑๑๑}

ในการบูชาทั้งสองนี้ พระองค์ทรงยกย่องการปฏิบัติบูชาว่า เป็นการบูชาที่ดีที่สุด เหมือนกับว่าเป็นเจ้าของกิจการ ดังนั้น การใช้เมตตาธรรมก็เหมือนกันต้องประพฤติปฏิบัติสุจริตธรรมอย่างเดียว ถึงจะเข้าถึงหลักเมตตาธรรมอย่างแท้จริง

กล่าวได้ว่า การใช้หรือแผ่เมตตาธรรมนั้นพระพุทธเจ้าทรงสอนให้แผ่ความรักและเจริญความรักในสัตว์ทั้งหลาย มีจิตเสมอในสัตว์ทั้งในที่ทุกแห่ง ด้วยการตั้งมั่นอยู่ในสุจริตธรรม ดังที่ปรากฏในเมตตากถาว่าด้วยเมตตาว่า “ผู้เจริญเมตตาแผ่ความรักไปสู่สัตว์ทั้งปวงด้วยอาการ ๘ อย่างนี้ คือ

๑. ด้วยเว้นความบีบบังคับ ไม่บีบบังคับสัตว์ทั้งปวง
๒. ด้วยเว้นการฆ่า ไม่ฆ่าสัตว์ทั้งปวง
๓. ด้วยเว้นการทำให้เดือดร้อน ไม่ทำสัตว์ทั้งปวงให้เดือดร้อน
๔. ด้วยเว้นความขำยี้ ไม่ขำยี้สัตว์ทั้งปวง
๕. ด้วยเว้นการเบียดเบียน ไม่เบียดเบียนสัตว์ทั้งปวง
๖. ขอสัตว์ทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร อย่าได้มีเวรกัน

^{๑๑๑} มงคลสูตรที่ปณี. (บาลี) ๑/๕๗/๕๔; (ปุชชา นาม อามิสปฏิบัติติวเสน ทูริชา โหติ. ตตฺถ ปุปฺ-
ผาทินา จตุปปจฺเจยน จ ปุชนํ อามิสปุชชา นาม ปฏิปัตติยา ปุชนํ ปฏิปัตติปุชชา นาม.

๗. จงเป็นผู้มีสุข อย่ามีทุกข์
๘. จงมีตนเป็นสุข อย่ามีตนเป็นทุกข์^{๑๐๒}

สรุปได้ว่า การใช้หลักเมตตาธรรมและแสดงความเมตตา นั้น คือ การแผ่ความรักและการเจริญความรัก ในสัตว์ทั้งหลาย โดยการประพฤติสุจริตธรรมทางกาย ทางวาจา ทางใจ

๒.๘.๒ วิธีการแผ่เมตตาธรรมทางจิต

การแผ่เมตตาทางจิตหรือ “เมตตาเจโตวิมุติ” นั้น เป็นวิธีอย่างหนึ่งที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนให้มนุษย์แสดงเมตตาจิตให้กับสรรพสัตว์ทั้งหลายด้วยการตั้งความปรารถนาดีให้สรรพสัตว์ทั้งหลาย มีแต่ความสุข ไม่มีเวร ไม่มีภัย เป็นการส่งความรักไปทางกระแสจิต เหมือนอย่างที่พระพุทธเจ้าทรงชนะพระองค์ลีมาล และชังนาพาทีรี และคนชั่วทั้งหลาย ด้วยเมตตาจิต เป็นต้น

พระพุทธเจ้าได้ตรัสวิธีการแผ่เมตตาจิตหรือการแสดงเมตตาทางจิตว่ามี ๓ ประการ คือ ๑. เมตตาเจโตวิมุติแผ่ไปโดยไม่เจาะจงด้วยอาการ ๕ อย่าง คือ

๑. ขอสัตว์ทั้งหลายจงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๒. ขอปาลชาติทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๓. ขอภูตทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๔. ขอบุคคลทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๕. ขอผู้ที่นับเนื่องด้วยอรรถภาพทั้งปวง จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด^{๑๐๓}

กล่าวได้ว่า เป็นวิธีแผ่เมตตาจิตแก่สรรพสัตว์ทั้งหลายโดยไม่เจาะจงว่าเป็นสัตว์หรือมนุษย์ เป็นมิตรหรือศัตรู เป็นการขอให้สิ่งทั้งหลายที่มีชีวิต ให้สิ่งมีชีวิตเหล่านั้นมีความสุขด้วยกัน ไม่อาฆาตเบียดเบียนกัน

ประการที่ ๒. เป็นวิธีการแสดงเมตตาเจโตวิมุติแผ่ไปโดยเจาะจงด้วยอาการ ๓ อย่าง คือ

๑. ขอสตรีทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๒. ขอบุรุษทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๓. ขออารยชนทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด

^{๑๐๒} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๒/๔๖๑.

^{๑๐๓} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๒/๔๖๑.

๔. ขอนารยชนจงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๕. ขอเทวดาท้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๖. ขอมนุษย์ต้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๗. ขอวินิบาตสัตว์ต้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด^{๑๐๔}

กล่าวได้ว่า เป็นวิธีแผ่เมตตาจิตแค่สรรพสัตว์บางจำพวกโดยเจาะจงว่า เป็นสตรี เป็นบุรุษ เป็นอารยชน เป็นอนารยชน เป็นเทวดา เป็นมนุษย์ และเป็นวินิบาตสัตว์ เป็นการขอให้จำพวกเหล่านี้ ให้มีความสุขด้วยกัน ไม่มีทุกข์ ไม่อาฆาตเบียดเบียนกัน

ประการที่ ๓. เป็นวิธีการแสดงเมตตาเจโตวิมุติแผ่ไปสู่ทิศทั้งหลายด้วยอาการ ๑๐ อย่าง คือ

๑. ขอสัตว์ต้งปวงในทิศบูรพา จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๒. ขอสัตว์ต้งหลายในทิศปัจฉิม จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๓. ขอสัตว์ในทิศอุดร จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๔. ขอสัตว์ในทิศทักษิณ จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๕. ขอสัตว์ในทิศอาคเนย์ จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๖. ขอสัตว์ในทิศพายัพ จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๗. ขอสัตว์ในทิศอีสาน จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๘. ขอสัตว์ในทิศหรดี จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๙. ขอสัตว์ในทิศเบื้องล่าง จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด
๑๐. ขอสัตว์ต้งปวงในทิศเบื้องบน จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่เบียดเบียนกัน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาดนเถิด^{๑๐๕}

^{๑๐๔} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๒/๔๖๒.

^{๑๐๕} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๒/๔๖๒.

กล่าวได้ว่า เป็นวิธีการแสดงเมตตาเจโตวิมุตติแผ่ไปสู่ทิศทั้งหลายด้วยอาการ ๑๐ อย่าง เป็นการขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายในทิศทั้ง ๑๐ ให้มีความสุขด้วยกัน ไม่มีทุกข์ ไม่อาฆาตเบียดเบียนกัน

การแผ่เมตตาทางจิตนั้นกล่าวโดยสรุปก็คือ การตั้งจิตหรือการอธิษฐานจิตให้สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงทั้งที่เราชอบและไม่ชอบ ทั้งยังมีชีวิตอยู่และตายไปแล้ว ทั้งที่เป็นมนุษย์และไม่ใช่มนุษย์ ให้สัตว์เหล่านั้นมีความสุขปราศจากความทุกข์ทั้งหลาย มี ๓ ประการ คือ

๑. เมตตาเจโตวิมุตติที่แผ่ไปโดยไม่เจาะจงบุคคล คือ การขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายทั้งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิต อยู่เย็นเป็นสุขไม่มีเวรไม่มีทุกข์ เรียกว่า อโนริโสภรณา

๒. เมตตาเจโตวิมุตติที่แผ่ไปโดยเจาะจงบุคคลโดยอาการ ๕ อย่าง คือ การขอให้ผู้ชาย ผู้หญิง คนรวย คนจน เทวดาและภูตผีปิศาจทั้งหลายอยู่เย็นเป็นสุขไม่มีเวรไม่มีทุกข์ เรียกว่า โอริโสภรณา

๓. เมตตาเจโตวิมุตติที่แผ่ไปในทิศโดยอาการ ๗ อย่าง คือ การขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายที่อยู่ในทิศทั้ง ๑๐ ทิศ อยู่เย็นเป็นสุขไม่มีเวรไม่มีทุกข์ เรียกว่า ทิศาภรณา

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าสอนให้รู้ว่า การไม่ทำความชั่วทั้งภายนอกและภายใน ภายนอก คือ ไม่ทำร้ายตนเองและผู้อื่นและสัตว์อื่น เป็นต้น ภายใน คือ การไม่คิดร้ายต่อผู้อื่นและสัตว์อื่น เป็นต้น เมื่อคนเราไม่ทำความชั่ว การเบียดเบียนกันก็ไม่เกิดขึ้น เมื่อการเบียดเบียนกันไม่เกิดขึ้น “ความทุกข์” คือ ความเดือดร้อนทางกาย ทางใจ ก็ไม่เกิดขึ้น เมื่อความทุกข์ไม่เกิดขึ้น “ความสุข” คือ ความสุขกายสุขใจย่อมเกิดขึ้นกับตนเอง ต่อผู้อื่นและสัตว์อื่น ฉะนั้น การแผ่เมตตาจิตโดยอาการ ๓ อย่าง ก็เพื่อให้เกิดความสงบทางกาย สงบใจ ให้เกิดมีขึ้นกับทุกสรรพสัตว์ในโลกนี้ ฉะนั้น

บทที่ ๓

หลักแห่งเมตตาในพระคัมภีร์คริสตธรรม

“หลักแห่งเมตตา” ที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมนั้นมาจากพระคำสอนของพระเยซูที่เป็น “พระบัญญัติข้อใหญ่” (The Great Commandments) กล่าวถึงข้อความที่เขียนไว้ในธรรมบัญญัติว่า “จงรักพระองค์ผู้เป็นพระเจ้าของเจ้าด้วยสุดใจสุดจิตของเจ้าและด้วยสิ้นสุดความคิดของเจ้านั้นแหละเป็นพระบัญญัติข้อใหญ่ และข้อต้น ข้อที่สองก็เหมือนกัน คือ จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง”^๑ สาระสำคัญของ “ความรัก” ที่พระเยซูทรงตอบแก่นักกฎหมายดังกล่าว ประกอบด้วยความรักต่อพระเจ้าและความรักต่อเพื่อนมนุษย์ว่า เป็นหลักแห่งเมตตาธรรมที่พึงปฏิบัติต่อกัน

๓.๑ ความหมายของหลักแห่งเมตตา

๓.๑.๑ ธรรมบัญญัติข้อใหญ่ที่มาแห่งเมตตาธรรมในพระคัมภีร์คริสตธรรม

นักบุญมัทธิวได้เรียบเรียงพระกิตติคุณของพระเยซูคริสต์ไว้ในพระคัมภีร์คริสตธรรมไว้ในบทที่ ๒๒ ว่า พระเยซูได้ตรัสถึงหลักแห่งเมตตาไว้ว่า “จงรักพระองค์ผู้เป็นพระเจ้าด้วยสุดใจสุดจิตของเจ้าและด้วยสิ้นสุดความคิดของเจ้านั้นแหละเป็นพระบัญญัติข้อใหญ่ และข้อต้น ข้อที่สองก็เหมือนกัน คือ จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง”^๒

ในจดหมายของนักบุญเปาโลซึ่งมีไปถึงชาวโครินธ์ ฉบับที่ ๑ บทที่ ๑๓ ได้กล่าวถึงเรื่องความรัก (เมตตา) ไว้ตอนหนึ่งว่า “ความรักนั้นก็อดทนนานและกระทำคุณให้ ความรักไม่อิจฉา ไม่อวดตัว ไม่หยิ่งผยอง ไม่หยาบคาย ไม่คิดเห็นแก่ตนเองฝ่ายเดียว ไม่ฉุนเฉียว ไม่ช่างจดจำความผิด ไม่ชื่นชมยินดีเมื่อมีการประพฤติดี แต่ชื่นชมยินดีเมื่อประพฤติชอบ ความรักทนได้ทุกอย่างแม้ความผิดของคนอื่น และเชื่อในส่วนดีของเขาอยู่เสมอและมีความหวังอยู่เสมอ และทนต่อทุกอย่าง”^๓

^๑ มธ. ๒๒:๓๗.

^๒ มธ. ๒๒:๓๗.

^๓ ๑คร. ๑๓:๔-๗.

สรุปความหมายในพระคัมภีร์คริสตธรรมได้ว่า “หลักแห่งเมตตา” หมายถึง ความรักที่เกิดจากจิตในการรักพระเจ้าและรักเพื่อนมนุษย์ ก่อรูปเป็นรูปธรรมที่มุ่งหวังให้มวลมนุษย์ทุกคนรักกันอยู่ร่วมกันอย่างพี่น้องเพื่อนสนิทมิตรสหาย แสดงให้เห็นว่า เมตตาในคริสตศาสนานั้นเปรียบเสมือนตัวแทนของการเสียดละความสุขส่วนตัวเพื่อคนหมู่มาก เพราะว่าความรักเป็นสิ่งที่ยิ่งใหญ่ที่สุดไม่มีรักใดจะยิ่งใหญ่กว่านี้อีก คือ การที่ผู้หนึ่งผู้ใดจะสละชีวิตของตนเพื่อมิตรสหายของตนนั้นจะต้องตั้งอยู่ ๓ สิ่ง “ความเชื่อ ความหวังใจและความรัก แต่ความรักยิ่งใหญ่ที่สุด”^๔ จากที่กล่าวมาแสดงให้เห็นว่า ความรักในพระคัมภีร์คริสตธรรมนี้ไม่ใช่การตามใจ แต่เป็นการเตือนสติกันด้วยความรัก เพื่อมุ่งปรารถนาให้คนชั่วกลับตัวกลับใจเสียใหม่เป็นคนดี คือ ถ้าเรารักผู้ใด เราก็คควรตักเตือน และสอนผู้นั้นให้กลับเป็นคนดี ฉะนั้น หลักแห่งเมตตาในพระคัมภีร์คริสตธรรมเป็นความรักที่ไม่เลือกบุคคลว่าร้ายหรือจน เป็นความรักที่ปราศจากความชั่ว คือ ไม่มีควมอิจฉาริษยา หวังแต่สิ่งที่ดีให้เกิดมีขึ้นกับทุกคน มีความเสมออัญญาติพี่น้องเพื่อนมิตรสหาย ฉะนั้น

๓.๑.๒ ความหมายของหลักแห่งเมตตาในทรรสนะของผู้รู้และนักเทววิทยา

สมเด็จพระสันตะปาปา ปีโอที่ ๑๒ ได้อธิบายไว้ในพระสมณสาสน์ดังนี้ว่า “ความรัก (เมตตา) หมายถึง บทบัญญัติสูงสุดของคริสต์ศาสนา เป็นรากฐานมั่นคงที่สุดของความยุติธรรมที่แท้จริงและสมบูรณ์ เป็นบ่อเกิดสูงสุดของสันติภาพและความสุขแท้จริงนั้น”^๕

สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอล ที่ ๒ ได้อธิบายไว้ในสารถึงบรรดาครอบครัวว่า “ความรัก (เมตตา) หมายถึง ความรักเป็นสิ่งที่เรียกกร้อง เป็นต่อธารของความสวยงามของมัน และส่องแสงไปสู่คนอื่นด้วยความดี คือ การให้ที่จริงใจ เพื่อผู้อื่น นี่เป็นมิติที่สำคัญที่สุด ของอารยธรรมของความรัก”^๖

คาร์โล คาเรตโต ได้อธิบายไว้ในหนังสือเรื่องสำคัญที่ความรักว่า “ความรัก (เมตตา) หมายถึง ความรักแบบเหนือธรรมชาติที่มีต่อพระเจ้า ซึ่งเริ่มขึ้นบนแผ่นดิน และสำเร็จเป็น

^๔ ๑คร. ๑๓:๑๓.

^๕ อ้างในหนังสือ คุณพ่อฟรังซิส ไกส์ ซดบ, พระหฤทัยของพระเยซูเจ้า: มิติเชิงเทววิทยา, จัดพิมพ์โดยคณะภคินีพระหฤทัยของพระเยซูเจ้าแห่งกรุงเทพฯ, (กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., ๒๐๐๗), หน้า ๓๐๕.

^๖ สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอล ที่ ๒, สารถึงบรรดาครอบครัว, แปลโดย คุณพ่อยอห์น บัปติสต์ นรินทร์ ศิริวิริยานนท์, (กรุงเทพมหานคร : สุขสำราญการพิมพ์, ๒๕๓๘), หน้า ๔๒-๔๓.

ความสัมพันธ์อันบริบูรณ์และนิรันดรกับพระเจ้าในระยะต่อมา เป็นอนันตภาพนิรันดร และโผ้นสรรพสิ่งขึ้นไป”^๓

ดังนั้น “ความรัก” (เมตตา) ตามทัศนะของผู้รู้และนักเทววิทยา ความหมายโดยรวมแบ่งออกเป็นสองส่วน ๑. ความรักแบบของมนุษย์ คือ ความรักที่ตั้งอยู่บนความยุติธรรมปราศจากความเกลียดชัง เป็นรักแบบไม่หวังสิ่งตอบแทน เป็นความรักแบบจริงใจต่อกัน เป็นความรักแบบเรียกร้องแสงสว่างให้ความดีไปสู่ผู้อื่น เป็นความรักแบบสร้างสันติภาพ ๒. ความรักแบบของพระเจ้า คือ ความรักที่เหนือธรรมชาติ เป็นความรักที่บริบูรณ์กับพระเจ้า เป็นความรักที่พ้นสรรพสิ่ง เป็นความรักที่เป็นอมตะนิรันดร ไม่สูญสิ้นสลายไป เป็นต้น

จากความหมายของหลักแห่งเมตตาที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมและความหมายของความรัก (เมตตา) ที่ผู้รู้และนักเทววิทยาในคริสตศาสนาได้ให้ความหมายไว้ทำให้ทราบว่าหลักแห่งเมตตาที่มีความสำคัญดังนี้ ๑. ความจริงใจต่อกัน ๒. การสร้างสันติภาพต่อกัน ๓. พระเมตตาของพระเจ้าที่มีต่อมวลมนุษย์

จากที่กล่าวมานั้นสรุปได้ว่า “หลักแห่งเมตตา” หมายถึง ความรักในพระเจ้าอย่างสุดจิตสุดใจและรักเพื่อนมนุษย์เหมือนรักตนเอง อันมีรากฐานอยู่บนความถูกต้อง เทียงธรรม ไม่อิจฉา ไม่อวดตัว ไม่หยิ่งผยอง ไม่หยาบคาย ไม่คิดเห็นแก่ตนเองฝ่ายเดียว ไม่ฉุนเฉียว ชื่นชมความดี ยกย่องความชอบธรรม ให้อภัยกันและมีความอดทนต่อทุกอย่าง เป็นความรักชั้นสูงสุดของความรักทั้งหลาย เป็นความรักที่สามารถเอาชนะความชั่วต่างๆ และเป็นความรักของการได้ไปสู่ดินแดนสวรรค์ของพระเจ้า

เพราะฉะนั้น หลักแห่งเมตตานี้จึงเปรียบเสมือนความรักหรือตัวแทนของพระเจ้าในการสร้างความถูกต้อง ความยุติธรรม และความสุข คือ การไม่เบียดเบียนกันอันก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานกาย ใจ วาจา ดังพระวจนะที่พระเยซูคริสต์ไว้บนภูเขาว่า “บุคคลผู้ใดมีใจอ่อนโยน ผู้นั้นเป็นสุข บุคคลผู้ใดหิวกระหายความชอบธรรม ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าพระเจ้าจะทรงให้อิ่มบริบูรณ์ เพราะว่าเขาจะได้รับแผ่นดินโลกเป็นมรดก บุคคลผู้ใดมีใจกรุณา ผู้นั้นเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับ

^๓ คาร์โล คาเรตโต, *คำสัญญาที่ความรัก*, แปลโดย อ.ประคิม ชุมสายฯ, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แม่พระยุคใหม่, ๒๐๐๗), หน้า ๖๓.

พระกรุณาตอบ บุคคลผู้ใดมีใจบริสุทธิ์ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะเขาจะได้เห็นพระเจ้า บุคคลผู้ใดสร้างสันติ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะพระเจ้าจะทรงเรียกเขาว่าเป็นบุตร”^๘

๓.๒ ประเภทของเมตตาธรรม

ความรักนั้นมีหลายประเภท โดยเฉพาะความรักของมนุษย์นั้น มักเป็นความรักที่เจือด้วยกิเลสคือราคะ เป็นความรักที่หวังสิ่งตอบแทนซึ่งกันและกัน ความรักประเภทนี้มักทำให้เกิดการล่วงประเวณีและในที่สุดก็หย่าร้างกัน ดังที่ปรากฏในจดหมายของท่านนักบุญเปาโลซึ่งมีไปถึงชาวโครินธ์ฉบับที่ ๑ บทที่ ๗ ว่าด้วยปัญหาเกี่ยวกับการสมรสว่า “เพื่อป้องกันการล่วงประเวณีผู้ชายทุกคนควรมีภรรยาเป็นของตน และผู้หญิงทุกคนมีสามีเป็นของตน สามีพึงประพฤติต่อภรรยาตามควร”^๙ เป็นต้น

จากของความในพระคัมภีร์คริสตธรรมนี้ยืนยันได้ว่า ความรักของปลุชนประเภทที่มีความกำหนดปะปนอยู่นี้ ถ้าดีก็อยู่ด้วยกันนาน ถ้าไม่ดีก็เลิกร้างกันไป หรือ ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหมดความเชื่อใจต่อกันแล้ว ก็มีการนอกใจคิดล่องประเวณีกับผู้อื่น เป็นต้น ถึงแม้ว่าความรักประเภทที่เจือด้วยราคะนี้จะไม่ยั่งยืนก็ตาม แต่อย่างไรก็ตาม พระเจ้าได้ทรงทำความรักนี้ให้ยั่งยืนให้เกิดเป็นรักแท้ รักที่จริงใจ รักที่เสียสละ รักที่ซื่อสัตย์ต่อกัน เพราะพระองค์ทรงมีพระเมตตาที่แผ่ไพศาลให้กับคนไม่เลือก เป็นความรักที่มีลักษณะต่างๆ ดังประกาศอภิชยาไว้ในพระคัมภีร์โฮเซยาว่าด้วยภรรยานอกใจของโฮเซยาและบุตรของนางและความรักของพระเจ้าต่อชนชาติที่นอกพระทัยพระองค์ ในหนังสือพระฤทธิย์ของพระเยซูเจ้า : มิติเชิงเทววิทยา ที่ บาทหลวงฟรังซิส ใกล้เคียง อธิบายไว้ดังนี้

๑. ความรักเยี่ยงสามี

ประกาศโฮเซยาบุตรแห่งเบเออร์ในรัชกาลอัสซีเรียห์ โยธาม อาหัส และเฮเซคียาห์ เปรียบเทียบความรักของพระเจ้ากับความรักของสามีที่ซื่อสัตย์และมีใจเมตตากรุณาต่อภรรยาที่นอกใจ พระองค์ทรงกล่าวอิสราเอลว่า “จงว่ากล่าวมารดาของเจ้า จงว่ากล่าวเถิด เพราะท่านางไม่ใช่ภรรยาของเราและเราไม่ใช่สามีของนาง ให้เธอทิ้งการเล่นซู้เสียจากหน้าของเธอและทิ้งการล่วงประเวณีเสียจากระหว่างถันของนาง”^{๑๐}

^๘ มธ. ๕:๕-๑๐.

^๙ คร. ๗:๒-๓.

^{๑๐} ฮชย. ๒:๒.

แต่ถึงกระนั้นก็ดี พระเจ้าพระองค์ไม่ทรงพอพระทัยที่จะลงโทษ เพื่อเป็นการแก้แค้น แต่ทรงลงโทษเพื่อชักชวนให้กลับเนื้อกลับใจ โดยพระองค์ทรงใช้วิธีการที่นุ่มนวลดังนี้ว่า “ดูเถิด เหตุนี้เราจะเกลี้ยกล่อมนางพานางเข้าไปในถิ่นทุรกันดารและปถอบไจนาจ เราจะให้นางมีสวนองุ่น ที่นั่น กระทำให้หุบเขาอาโคร์เป็นประตูแห่งความหวังแล้วนางจะตอบอย่างสมัยเมื่อนางยังสาวอยู่ ดังในสมัยเมื่อนางออกมาจากแผ่นดินอียิปต์”^{๑๑}

กล่าวได้ว่า ประกาศโฮเซยานี้เป็นการให้รู้จักความรักที่ลึกซึ้งซึ่งเปรียบเหมือนสามีที่ให้อภัยภรรยาของตัวที่ได้ทำการล่วงประเวณีกับชายอื่นโดยไม่คิดอาฆาตเค้นแต่ประการใด ดังพระเมตตากรุณาและความซื่อสัตย์ของพระเจ้าที่พระองค์ทรงสัญญาว่า “เราจะห่มน้เจ้าไว้ด้วยความชอบธรรม ความยุติธรรม ความรักมั่นคงและความกรุณา เราจะห่มน้เจ้าไว้สำหรับเราด้วยความซื่อสัตย์ซื่อและเจ้าจะรู้จักพระเจ้า”^{๑๒}

๒. ความรักเยี่ยงบิดา

ประกาศโฮเซยาเปรียบเทียบความรักของพระเจ้ากับความรักของบิดาต่อบุตร เป็นความรักที่อ่อนโยนและซื่อสัตย์ ในบทที่ ๑๑ ว่าด้วยพระเจ้าทรงอาลัยถึงชนชาติของพระองค์ที่หลงเจิ่น ประกาศโฮเซยากล่าวถึงพระเจ้าผู้มิมีพระคำรัสเหมือนบิดาที่มีบุตรคือดิ่ง ไม่ยอมปฏิบัติตามคำสั่งสอนของตน คิดจะมอบเขาแก่ศัตรู แต่พระเจ้าทรงเปลี่ยนพระคำรัสพระองค์ทันทีว่า

โอ เอฟราอิมเอ๋ย เราจะปล่อยเจ้าได้อย่างไร โอ อิสราเอลเอ๋ย เราจะโยนเจ้าไปให้ผู้อื่นได้อย่างไร เราจะปล่อยเจ้าให้เหมือนอัครมาห์ได้อย่างไร เรากระทำเจ้าให้เหมือนเมืองเศโบอิมได้อย่างไร จิตใจของเราปั่นป่วนอยู่ภายใน ความเอ็นดูของเราก็ถูกรุ่นขึ้น เราจะไม่ลงอาชญาตามที่เรารู้จัก เราจะไม่ทำลายเอฟราอิมอีก เพราะเราเป็นพระเจ้าไม่ไข่มนุษย์^{๑๓}

กล่าวได้ว่า พระเจ้าทรงมีพระทัยที่กรุณา พระเจ้าทรงเป็นองค์ความรัก พระเจ้าทรงเปิดเผยธรรมอันล้ำลึกของพระองค์แก่เรา โดยทรงเปรียบดั่งหัวใจของบิดา ผู้มีความรักความเอ็นดู ลูกในอกเสมอจนไม่อาจที่จะลงโทษบุตรของตน แม้ว่าบุตรจะทำผิดมากสักเพียงไร เพราะพระเจ้าทรงมีพระทัยที่ไม่มีความโกรธและไม่ปรารถนาที่จะแค้นต่อผู้ที่เป็บุตร ดังที่ปรากฏพระคัมภีร์ว่า พระทัยของพระองค์ “ทรงกริ้วซ้ำ และบริบูรณ์ด้วยความรักมั่นคง และความซื่อสัตย์จริง”^{๑๔}

^{๑๑} ฮชย. ๒:๑๔-๑๕.

^{๑๒} ฮชย. ๒:๑๙-๒๐.

^{๑๓} ฮชย. ๑๑:๘-๙.

^{๑๔} อพย. ๓๔:๖.

๓. ความรักเยี่ยงเจ้าบ่าว

ในข้อเขียนของประกาศกอิสยาห์ การเปรียบเทียบความรักของพระเจ้ากับความรักระหว่างเจ้าบ่าวกับเจ้าสาว เจ้าบ่าวมีความชื่นชมในความรักต่อเจ้าสาวฉันใด พระผู้สร้างก็ทรงยินดีที่จะรักมนุษย์ที่พระองค์ทรงสร้างฉันนั้นดังข้อความนี้ว่า “เพราะชายหนุ่มแต่งงานกับหญิงพรหมจารีฉันใด บุตรชายทั้งหลายของเจ้าจะแต่งงานกับเจ้า ฉันนั้น และเจ้าบ่าวเปรมปรีดิ์เพราะเจ้าสาวฉันใด พระเจ้าของเจ้าจะเปรมปรีดิ์เพราะเจ้าฉันนั้น”^{๑๕}

กล่าวได้ว่า ความรักของเจ้าบ่าวกับเจ้าสาวในวันแต่งงานนั้นเป็นความรักที่น่าชื่นชมยินดีอย่างยิ่ง ในเวลาขณะนั้นเจ้าบ่าวกับเจ้าสาวมีจิตที่บริสุทธิ์สมัครใจอยู่ด้วยกัน (ยกเว้นผู้ที่ถูกบังคับ) เป็นความรักที่น่าชื่นชมยินดีของพระเจ้าและเป็นความรักที่น่าชื่นชมยินดีของเจ้าบ่าวกับเจ้าสาว การพบปะกันด้วยความรักที่น่าชื่นชมยินดีเช่นนี้นำความสุขแท้จริงแก่พวกเขาและพระเจ้า

สรุปได้ว่า ความรักที่กล่าวมาทั้งหมดนี้เป็นความรักระหว่างมนุษย์ ถือแม้ว่าจะจะเป็นความรักเยี่ยงสามี ความรักเยี่ยงบิดา ความรักเยี่ยงเจ้าบ่าว ก็ถือว่าเป็นความรักแบบไม่ยั่งยืนสามารถแตกสลายได้ตลอดเวลา เมื่อฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมีจิตเปลี่ยนไปจากเดิม ถ้านำหลักแห่งเมตตาของพระเจ้ามาใช้ ก็สามารถทำให้เป็นความรักที่ยั่งยืนและจริงใจต่อกันได้ เพราะความรักในพระเจ้าเป็นความรักที่ประเสริฐที่สุด

ส่วนความรักที่บริสุทธิ์ คือ ความรักที่ไม่มีราคะและไม่มีวันตายนั้น เรียกว่า “พระเมตตาของพระเจ้า” ซึ่งจะต้องเกิดจากการรักพระเจ้าอย่างสุดจิตสุดใจสุดความคิด “เพราะเป็นความรักที่อดทนนานและกระทำคุณให้ ความรักไม่อิจฉา ไม่อวดตัว ไม่หยิ่งผยอง ไม่หยาบคาย ไม่คิดเห็นแก่ตนเองฝ่ายเดียว ไม่ฉุนเฉียว ไม่ช่างจดจำความผิด ไม่ชื่นชมยินดีเมื่อมีการประทุพผิต แต่ชื่นชมยินดีเมื่อประพุดดีชอบ ความรักทนได้ทุกอย่างแม้ความผิดของคนอื่น และเชื่อในส่วนดีของเขาอยู่เสมอและมีความหวังอยู่เสมอ และทนต่อทุกอย่าง”^{๑๖} เป็นความรักที่ปรารถนาที่จะเห็นผู้อื่นมีความสุขสบายกาย และเสียสละเพื่อช่วยให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ และยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี “เป็นภาวะจิตที่เป็นกุศล อันมีการไม่ถือโทษโกรธเคือง” ดังที่ปรากฏในจดหมายของท่านนักบุญเปาโล ซึ่งมีไปถึงชาวเมืองเอเฟซัสในบทที่ ๒ ว่า “พระเจ้าผู้ทรงเปี่ยมด้วยพระกรุณา เพราะเหตุความรักอันใหญ่หลวง ซึ่งพระองค์ทรงรักเรานั้น ถึงแม้ว่าเมื่อเราตายไปแล้วในการทำบาป พระองค์ยังทรงกระทำให้เราใช้ชีวิตอยู่กับพระคริสต์ และพระองค์ทรงให้เราเป็นขึ้นมากับพระองค์ และทรงโปรด

^{๑๕} อสย. ๖๒:๕.

^{๑๖} ๑คร. ๑๓:๔-๗.

ให้เราั่งในสวรรค์สถานกับพระเยซูคริสต์”^{๑๑} อย่างนี้ คือ ความรักเหนือธรรมชาติที่เรียกว่าพระเมตตาของพระเจ้า

สรุปได้ว่า “พระเมตตาของพระเจ้านั้น” เป็นความรักประเภทเดียวที่ประเสริฐที่สุด เป็นความรักที่ปราศจากความชั่วต่างๆ คือ ไม่มีอคติในความรักเลย สำหรับผู้ที่มีใจศรัทธาในพระองค์เท่านั้นที่จะเห็นความรักประเภทนี้ได้ เพราะเป็นความรักเหนือความรักทั่วไป ฉะนั้น เมื่อบุคคลใดอยากเห็นความรักที่ประเสริฐที่สุดนี้ ต้องปฏิบัติตามคำสอนอันดีงามของพระเยซูคริสต์เจ้า ถึงจะได้เห็นพระบิดาหรือความรักแท้ ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ภาคพันธสัญญาใหม่ที่นักบุญยอห์นเรียบเรียงกิตติคุณของพระเยซูคริสต์ไว้ตอนหนึ่งว่า “พระเยซูตรัสว่า ถ้าท่านทั้งหลายรู้จักเราแล้ว ท่านก็จะรู้จักพระบิดาของเราด้วย ตั้งแต่นี้ไปท่านก็จะรู้จักพระองค์และได้เห็นพระองค์...ผู้ที่ได้เห็นเราก็ได้เห็นพระบิดา”^{๑๒} ดังนี้

ประเภทของเมตตาธรรมที่เป็นคุณธรรม อาจจะไม่ระบุไว้โดยตรงในคัมภีร์เล่มใดเล่มหนึ่ง แต่ก็พอที่จะจำแนกได้ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมต่างๆ ไว้ คือ

๑. เมตตาทางกาย หมายถึง การแสดงออกถึงความสุภาพซึ่งเป็นบุคคลที่สำคัญของชาวคริสต์ โดยเว้นจากเจตนาในการทำร้าย ช่มแวง รังแกผู้อื่น ถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่อนุญาต ล้วงเกินสามีและเมียชาวบ้านที่ไม่ใช่ของตัวเอง ทั้งต่อหน้าและลับหลัง ดังที่ปรากฏพระคัมภีร์คริสตธรรมภาคพันธสัญญาเก่าว่า ๑. จงให้เกียรติแก่บิดามารดาของเจ้า ๒. อย่าฆ่าคน ๓. อย่าลักทรัพย์ ๔. อย่าล่วงประเวณีฝ่าเมียเขา^{๑๓}

กล่าวได้ว่า เป็นเมตตาธรรมทางกายเป็นพระวณะของพระเจ้าที่ทรงมอบประทานไว้ให้กับโมเสส ในการใช้เมตตาธรรมทางกายนี้ให้มนุษย์อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขนอกจากจะเป็นความสุภาพทางกายยังแสดงออกถึงการมีไมตรีที่ดีต่อกัน คือ การไม่ล่วงละเมิดสิทธิของกันและกันแล้ว ยังครอบคลุมไปถึงการสร้างความสะดวกให้เกิดมีขึ้นในบ้านเมืองอีกด้วย เพราะถือว่าเป็นกฎหมายในสมัยก่อนของความยุติธรรมและความเที่ยงธรรมดังมีปรากฏว่า “ผู้ใดทุบตีคนหนึ่งให้ตาย ผู้นั้นจำต้องรับโทษถึงตายเหมือนกัน ถ้าผู้ใดมิได้เจตนาฆ่าเขา แต่เขาตายเพราะพระเจ้าทรงปล่อยให้ตายด้วยมือของผู้นั้น เราจะตั้งดาบหนึ่งไว้ให้เขาหนีไปที่นั่น แต่ถ้าผู้ใดเจตนาหักหลังฆ่าเพื่อนบ้าน ก็ให้ดึงตัวเขาไปจากแท่นบูชาของเรา เพื่อลงโทษให้ถึงตาย ผู้ใดทุบตีบิดามารดาของ

^{๑๑} อฟ. ๒:๔-๖.

^{๑๒} ยน. ๑๔:๗-๙

^{๑๓} นธบ. ๕:๑๖-๑๘.

คน ผู้นั้นจะต้องถูกปรับโทษถึงตาย ผู้ใดลักคนไปขายก็ดี หรือมีพบนคนที่ถูกลักไปอยู่ในมือของผู้
นั้นก็ดี ผู้ลักนั้นจะต้องถูกปรับโทษถึงตาย^{๒๐} ผู้ใดร่วมประเวณีกับภรรยาของเพื่อนบ้าน ให้ขวิ้งผู้
ร่วมประเวณีทั้งชายและหญิงนั้นเสียให้ตาย^{๒๑} (ให้ถึงตาย)^{๒๒} ดังนี้

๒. เมตตาทางวาจา หมายถึง การแสดงออกถึงความสุภาพทางวาจาต่อผู้อื่น โดยเว้น
จากว่าร้ายผู้อื่น การเอยวาจาด้วยไม่เคารพต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ต่อผู้มีคุณ การกล่าวคำไม่จริง เป็น
พยามเท็จ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง ดังที่ปรากฏพระคัมภีร์คริสตธรรมภาคพันธสัญญาเก่าและภาค
พันธสัญญาใหม่ว่า ๑. จงให้เกียรติแก่บิดามารดาของเจ้า ๓. อย่าออกพระนามพระเยโฮวาห์พระ
เจ้าของเจ้าอย่างไม่สมควร^{๒๓} ๒. อย่าเป็นพยานเท็จใส่ร้ายเพื่อนบ้าน^{๒๔} ๓. อย่ากล่าวโทษเขา^{๒๕}
(อย่าว่าร้ายผู้อื่น) ๔. อย่าพูดหยาบคาย พูดเล่นไม่เป็นเรื่อง พูดตลกหยาบโลนเกร^{๒๖}

กล่าวได้ว่า เป็นเมตตาธรรมทางวาจาเป็นพระวจนะของพระเจ้าที่ทรงมอบประทานไว้
ให้กับโมเสสในการใช้หลักแห่งเมตตาทางวาจาให้มนุษย์อยู่รวมกันอย่างมีความสงบสุขเป็นการ
แสดงถึงความสุภาพทางวาจาถึงการมีไมตรีที่ดีต่อกัน คือ การให้ความเคารพต่อพ่อแม่ การไม่ใส่ร้าย
ป้ายสีคนอื่นด้วยคำไม่จริง ยังครอบคลุมไปถึงการสร้างควสงบให้เกิดขึ้นในบ้านเมืองอีกด้วย
เพราะถือว่าเป็นกฎหมายของความยุติธรรมและความเที่ยงธรรมในสมัยก่อนดังที่ปรากฏว่า

ผู้ใดค่าแห่งบิดามารดาของตน ผู้นั้นต้องถูกปรับโทษถึงตาย^{๒๗} อย่างนำเรื่องเท็จไปเล่าต่อๆ
กัน อย่างร่วมใจเป็นพยานใจร้ายกับคนชั่ว อย่าทำชั่วตามอย่างคนจำนวนมากที่เขาทำกันนั้น
เลย อย่าอ้างพยานลำเอียงเข้าข้างคนหมู่มากจะทำให้ขาดความยุติธรรมไป อย่าลำเอียง
เข้าข้างคนจนในคดีของเขา เจ้าอย่าบิดเบือนคำพิพากษา ผิดไปจากความยุติธรรมที่คนจน

^{๒๐} อพพ. ๒๑:๑๒-๑๖.

^{๒๑} ลนค. ๒๐:๑๐.

^{๒๒} กฎหมายดังกล่าว เป็นกฎหมายที่เด็ดขาดในสมัยก่อนที่พระเยซูคริสต์จะประสูติ แต่ปัจจุบันไม่
ใช้แล้วในบางข้อ.

^{๒๓} พระเยโฮวาห์เปรียบเสมือนพระบิดาคนแรกของมนุษย์ การเอยพระนามโดยไม่เคารพเปรียบ
เหมือนกันพูดคำหยาบต่อผู้มีพระคุณ.

^{๒๔} นธบ. ๕:๑๓.๑๖.๒๐.

^{๒๕} มธ. ๗:๑.

^{๒๖} อฟ. ๕:๔.

^{๒๗} อพย. ๒๑:๑๗.

ควรได้รับในคดีของเขา เจ้าจงหลีกเลี่ยงให้ห่างไกลจากการใส่ความคนอื่น^{๒๘} เมื่อบุคคลใดปฏิบัติอย่างนี้แล้ว บุคคลย่อมชื่อว่า รักเพื่อนบ้านและรักพระเจ้า

๓. เมตตาทางใจ หมายถึง การแสดงออกถึงความสุภาพทางใจต่อผู้อื่น โดยเว้นจากการไม่คิดชั่วต่างๆ มีการอยากได้ของผู้อื่น เป็นต้น ทั้งต่อหน้าและลับหลัง ดังที่ปรากฏพระคัมภีร์คริสตธรรมภาคพันธสัญญาเก่าและภาคพันธสัญญาใหม่ว่า ๑. อย่าโลภกร้าวเรือนของเพื่อนบ้าน อย่าโลภภรรยาของเพื่อนบ้าน หรือทาสทาสีของเขา หรือโค ลาของเขา หรือสิ่งใดๆ ซึ่งเป็นของของเพื่อนบ้าน^{๒๙} ๓. ไม่ขึ้นชมยินดีเมื่อมีการประพฤติผิด^{๓๐} (อย่าเห็นผิดเป็นถูก) ๔. จงรักศัตรูของท่าน^{๓๑} (อย่าคิดพยาบาท ปองร้ายผู้อื่น)

กล่าวได้ว่า เมตตาทางใจนี้เป็นพระวณะของพระเจ้าที่ทรงมอบประทานไว้ให้กับโมเสสในการใช้เมตตาธรรมทางใจนี้ให้มนุษย์อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขเป็นการแสดงความสุภาพทางใจถึงการมีไมตรีที่ดีต่อกัน ยังครอบคลุมไปถึงการสร้างความสะดวกให้เกิดมีขึ้นในบ้านเมืองอีกด้วยเพราะถือว่าเป็นกฎหมายของความยุติธรรมและความเที่ยงธรรมในสมัยก่อน เมื่อบุคคลใด ไม่คิดชั่วต่างๆ มีการอยากได้สิ่งต่างๆ ที่ไม่ใช่ของตัวเอง ไม่เห็นผิดเป็นถูก ไม่ปองร้ายจองเวรผู้อื่น นับถือมารดาบิดา ของตัวเอง บุคคลนั้นย่อมชื่อว่า สร้างความสะดวกแก่เพื่อนบ้านและชื่อว่าปฏิบัติตามพระบัญญัติ คือ รักพระเจ้า

จากข้อความทั้งหมดสรุปได้ว่า “ประเภทของเมตตาธรรม” ในพระคัมภีร์คริสตธรรมนี้มี ๒ ประการ คือ (๑) เมตตาธรรมที่เป็นพระบัญญัติข้อใหญ่ (๒) เมตตาธรรมที่เป็นคุณธรรม

ฉะนั้น บุคคลใดถ้ามีใจรักในพระเจ้าและในเพื่อนมนุษย์ บุคคลนั้นก็ควรที่จะปฏิบัติตามพระวณะของพระเจ้าทุกข้อ โดยความไม่ลำเอียง ดังที่ปรากฏในจดหมายของท่านยากอบในบทที่ ๒ ว่า

ถ้าท่านทั้งหลายบำเพ็ญตนตามพระบัญญัติโดยแท้จริง ตามพระคัมภีร์ที่ว่า จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเองแล้ว ท่านทั้งหลายก็ประพฤติคืออยู่ แต่ถ้าท่านทั้งหลายลำเอียง ท่านก็กระทำบาป และว่าตามธรรมบัญญัติท่านก็กระทำผิด เพราะว่าผู้ใดรักษาธรรมบัญญัติได้ทั้งหมด แต่ผิดอยู่ข้อเดียว ผู้นั้นก็เป็นผู้ผิดธรรมบัญญัติทั้งหมด ด้วยว่าพระองค์ผู้ได้ตรัสว่า

^{๒๘} อพย. ๒๓:๑-๓.๖.

^{๒๙} อพย. ๒๐:๑๒,๑๗.

^{๓๐} ๑คร. ๑๓:๖.

^{๓๑} มธ. ๕:๔๔.

เจ้าอย่าลวงประเวณีผิวเมียเขา ก็ได้ตรัสไว้ด้วยว่า เจ้าอย่ามาคน แม้ท่านไม่ได้ลวงประเวณี แต่ได้มาคน ท่านก็เป็นผู้ละเมิดธรรมบัญญัติ ท่านทั้งหลายจงพูดและจงกระทำ เช่น ผู้ที่จะได้รับการพิพากษาด้วยกฎแห่งเสรี เพราะว่าการศึกษาข่อมไม่กรุณาต่ออยู่ที่ไม่แสดงความกรุณา แต่ความกรุณาข่อมมีชัยเหนือการพิพากษา^{๓๒}

เพราะฉะนั้น ท่านทั้งหลายจงมีความกรุณาทางกาย ทางวาจา ทางใจ ฉะนั้นแล้วท่านก็ได้ชื่อว่า รักพระเจ้าอย่างจริงใจและรักเพื่อนมนุษย์

๓.๓ เมตตาธรรมในฐานะเป็นหัวใจของคริสตศาสนา

หัวใจนั้นเป็นจุดศูนย์รวมของทุกสิ่ง เหมือนร่างกายของเรามนุษย์นั้นมีใจเป็นส่วนบังคับส่วนต่างๆ ให้เคลื่อนไหว ทุกสิ่งบนโลกใบนี้ย่อมต้องมีจุดศูนย์รวมหรือที่เขาเรียกว่าจุดสำคัญ หัวใจนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญการจะทำอะไรสักอย่างให้สำเร็จใจต้องมาก่อน คือ ต้องเชื่อมั่นในสิ่งที่ทำนั้น “คำว่า “ใจ” ในพระคัมภีร์เป็นสัญลักษณ์ หมายถึง การคิด การเข้าใจ การรู้ และยังใช้ในสำนวนที่ว่า “ความคิดในใจ แผนการของใจโครงการหรือวิถีทางของใจ”^{๓๓} เช่น “ขอพระองค์ทรงสอนให้ฉันวันของข้าพระองค์ เพื่อข้าพระองค์ทั้งหลายจะมีจิตใจที่มีปัญญา”^{๓๔} เป็นต้น

แม้ในระงับความขัดแย้งต่างๆ หรือ การสร้างความสงบของโลกใบนี้ก็ต้องมีหลักธรรมะที่เป็นกลางที่สามารถนำไปแก้ปัญหาเหล่านั้นได้ คือ หลักธรรมนั้นต้องเป็นธรรมะที่สามารถทนได้ทุกสิ่งทุกอย่างของความชั่วต่างๆ ที่เข้ามา เป็นหลักธรรมที่ชี้แนะให้เห็นแสงสว่างของคนดีและคนชั่ว นั่นก็คือ หลักแห่งเมตตา หรือ หลักแห่งความรัก อันเป็นหัวใจของของพระศาสนา ดังพระคัมภีร์ภาคพันธสัญญาใหม่ที่นักบุญเปาโลเขียนถึงชาวโครินธ์ฉบับที่ ๑ บทที่ ๑๓ ไว้ว่า “ความรักทนได้ทุกอย่างแม้ความผิดของคนอื่น และเชื่อในส่วนดีของเขาอยู่เสมอและมีความหวังอยู่เสมอ และทนต่อทุกอย่าง”^{๓๕}

ในพระธรรมคำสอนของพระเยซูคริสต์นั้น พระองค์ได้ทรงตรัสสอนพวกเราไว้มากมายที่พระธรรมจารย์ได้เรียบเรียงในพระคัมภีร์ต่างๆ ถึงแม้ว่าจะมีมากแต่ธรรมเหล่านั้นไม่มีอะไร

^{๓๒} ยก. ๒:๘-๑๓.

^{๓๓} บาทหลวง ฟรังซิส ไกส์ ซดบ, พระหฤทัยของพระเจ้า: มิติเชิงเทววิทยา, หน้า ๑๐๕.

^{๓๔} สดค. ๕๐:๑๒.

^{๓๕} ๑ คร. ๑๓:๗.

ใหญ่เท่ากับ “ความรัก” ดังพระคัมภีร์ว่า “ความเชื่อ ความหวังใจ และความรัก แต่ความรักรักใหญ่ที่สุด”^{๓๖} เป็นต้น

๓.๓.๑ ความรักของคริสตศาสนาที่แสดงออกถึงคุณธรรมดังต่อไปนี้

๓.๓.๑.๑ ความรักอดทนนาน คือ คนเรานั้นถ้าปราศจากความอดทน ความรักก็ไม่เกิด พระเยซูคริสต์เจ้านั้น ตั้งแต่พระองค์ทรงประสูติครั้งแรก พระองค์ก็ถูกจองจำจ้องเวรจากคนใจบาปชั่วช้าคิดที่จะประหารพระเยซูคริสต์เจ้า ทั้งที่พระองค์เพิ่งเกิด ยังเป็นเด็กน้อยในอ้อมกอดพระแม่มารีย์ ยังพูดไม่ได้ด้วยซ้ำไป โฉนพระองค์จะมีคิดชั่วได้อย่างไรเล่า แต่คนใจหายบาชั่ว ไม่ได้คิดอย่างนั้น คิดที่จะประหารพระองค์ให้ตายเสีย ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “ทูตองค์หนึ่งของพระเป็นเจ้า ได้มาปรากฏแก่โยแซฟในความฝันแล้วบอกว่า “จงลุกขึ้นพาบุตรกับมารดาหนีไปประเทศอียิปต์ และคอยอยู่ที่นั่นจนกว่าเราจะบอกเจ้า เพราะว่าเฮโรดจะแสวงหากุมาร เพื่อจะประหารชีวิตเสีย”^{๓๗} แต่พระเยซูคริสต์เจ้านั้นพระองค์ไม่ทรงโกรธเลยยังทรงมีความอดทนต่อคนใจบาปทั้งหลายเหล่านั้นด้วยความรักหวังที่จะปลดปล่อยจิตใจของคนชั่วช้าเหล่านั้นด้วยหลักแห่งความรัก ดังที่พระองค์ตรัสสอนในพระคัมภีร์ว่า “จงรักศัตรูของท่านและจงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน”^{๓๘}

จึงกล่าวได้ว่า ความรักนั้นเปรียบเสมือนความอดทนต่อความลำบากยากเข็ญ ต่อความชั่วต่างๆ ที่เข้ามาในชีวิต ไม่มีบุคคลที่จะไม่เคยทุกข์ ไม่เคยโศก หรือมีสุข ทุกชีวิตจะต้องเจอ เพราะฉะนั้น เราควรที่จะสร้างความรักความอดทนเอาใจในตัว ให้เรามีความเข้มแข็งเชื่อมั่นในความรัก ที่พระเจ้าทรงประทานให้มาเราในการเอาชนะอุปสรรคต่างๆ

๓.๓.๑.๒ ความรักกระทำคุณให้ คือ การที่บุคคลทำอะไรไว้ ย่อมเป็นไปไม่ได้ที่จะไม่ได้รับในสิ่งที่ทำไว้ จะเป็นความดีหรือความชั่วก็ตาม ย่อมได้รับสิ่งตอบแทนจากพระเจ้า ทั้งนี้ คือ ถ้าทำความชั่วย่อมได้รับบทลงโทษจากพระเจ้านิรันดรเป็นต้น ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “ท่านทั้งหลายได้ยินซึ่งกล่าวไว้แก่คนโบราณว่า อย่าฆ่าคน ถ้าผู้ใดฆ่าคน ผู้นั้นจะต้องถูกพิพากษาลงโทษ เราบอกท่านทั้งหลายว่า ผู้ใดโกรธพี่น้องของตน ผู้นั้นจะต้องถูกพิพากษาลงโทษ ถ้าผู้ใดจะพูดกับพี่น้องว่า “อ้ายโง่” ผู้นั้นต้องถูกนำไปที่ศาลสูงให้พิพากษาลงโทษ และผู้ใดจะว่า

^{๓๖} ๑ คร. ๑๓:๑๓.

^{๓๗} มธ. ๒:๑๓.

^{๓๘} มธ. ๕:๔๔.

“อ้ายบ๊า” ผู้นั้นจะมีโทษถึงไฟนรก”^{๓๕} แต่ถ้าผู้ใดทำความดี คือ มีใจรัก มีใจกรุณา มีใจอ่อนโยน หวังแต่ความสงบต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกันแล้ว ผู้นั้นจะได้รับสิ่งตอบแทนที่ดีงามจากพระเจ้า ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “บุคคลผู้ใดมีใจอ่อนโยน ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้รับแผ่นดินโลกเป็นมรดก บุคคลผู้ใดมีใจกรุณา ผู้นั้นเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับพระกรุณาตอบ บุคคลผู้ใดมีใจบริสุทธิ์ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้เห็นพระเจ้า บุคคลผู้ใดสร้างสันติ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าพระเจ้าจะทรงเรียกเขาว่าเป็นบุตร”^{๓๖}

เพราะฉะนั้น ความรักนั้น เมื่อบุคคลใดทำลงไปแล้วย่อมกระทำคุณให้ คือ มีแต่จะอำนวยความสุขให้เกิดมีขึ้นในใจและในเพื่อนบ้าน จึงกล่าวสรุปได้ว่า ความรักนั้น เมื่อคนเราทำลงไปแล้วย่อมไม่สูญเปล่า ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “ความรักไม่มีวันสูญสิ้น”^{๓๗} และไม่มีโทษแก่ผู้ใด มีแต่คุณให้แก่ผู้นั้น

๓.๓.๑.๓ ความรักไม่อิจฉา คือ ผู้ที่ห่มั้นเจริญความรักทางกาย ทางวาจา ทางใจ ผู้นั้นย่อมไม่มีความอิจฉา ความอิจฉานั้นเมื่อเกิดขึ้นกับผู้ใดแล้ว ผู้นั้นย่อมปรารถนาให้คนที่ตัวเองไม่ชอบ เกลียด ประสบแต่ความทุกข์ต่างๆ ไม่อยากให้เขาได้ดี เมื่อคนที่ตัวเองไม่ชอบ เกลียด ได้รับความทุกข์ เขาย่อมชอบใจ หรือ หาวิธีการต่างๆ ที่จะทำลายคนที่ตัวเองไม่ชอบ เหมือนกับคนใจบาปมีความอิจฉาในพระเยซูคริสต์เจ้าได้หาวิธีการต่างๆ ที่จะว่าร้าย ใส่ความ ในเรื่องไม่ดีแก่พระองค์ ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “ครั้งนั้นพวกมหาปุโรหิตและพวกผู้ใหญ่ของประชาชน ได้ประชุมกันที่สำนักของมหาปุโรหิตประจำการชื่อคายาฟาส ปรึกษากันเพื่อจะจับพระเยซูด้วยอุบายเอาไปฆ่าเสีย”^{๓๘}

การอิจฉานั้นเปรียบเหมือนความชั่วชนิดชนิดหนึ่ง ที่ทำลายคนโดยไม่รู้ตัว และยังทำลายความสงบด้วย เพราะผู้ที่มีความอิจฉาย่อมไม่ช่วยเหลือนคนที่เป็ฝ่ายศัตรู ความสามัคคีก็ไม่เกิด ต่างจากความรักอย่างสิ้นเชิงเมื่อบุคคลใดให้แก่กันแล้วย่อมก่อนให้เกิดความสงบ ความสามัคคี เมื่อบุคคลใดห่มั้นสั่งสมความรักให้เกิดมีขึ้นกับตัวเองและผู้อื่นย่อมทำให้ความอิจฉา ริษยา ค่อยๆ หดไปจากใจ สั่งสมความรักมากเท่าไรยิ่งไม่มีความอิจฉาเท่านั้น สุดท้ายความอิจฉาต่างๆ ก็หมดได้ จึงกล่าวได้ว่า ความรักที่แท้จริงนั้นเป็นความรักที่ไม่ทำความอิจฉาให้เกิดขึ้นกับตัวเอง และผู้อื่น เป็นต้น

^{๓๕} มธ. ๕:๒๑-๒๒.

^{๓๖} มธ. ๕:๕,๗-๘.

^{๓๗} คร. ๑๓:๘.

^{๓๘} มธ. ๒๖:๓-๔.

๓.๓.๑.๔ ความรักไม่อวดตัว คือ บุคคลบางคนในโลกใบนี้ มักจะแสดงตัวว่าดีกว่าคนอื่นกว่าผู้อื่น คุยโว อวดตัวเองในด้านต่างๆ ถ้าเป็นด้านดีก็ไม่ใช่ไร ถ้าเป็นด้านไม่ดีย่อมก่อให้เกิดความเดือดร้อนต่างๆ แก่สังคมโลก คนมักอวดตัวนั้น มักเป็นคนที่ไม่เห็นแก่ตัวเองไม่สนใจความเดือดร้อนของผู้อื่น ลูกศิษย์บางคน ลูกหลานบางคนพอมีความรู้สูงมากขึ้น มียศ ฐานะดีมากขึ้น มักอวดตน ช่มครู อาจารย์ หรือพ่อแม่ ด้วยไม่เชื่อฟังเมื่อถูกกล่าวตักเตือน อบรม สั่งสอนให้ตั้งอยู่ในธรรม คนประเภทนี้มักจะอายุสั้น การที่คนเรามีการศึกษามากขึ้น มีเงินทองมาก มียศตำแหน่งสูง ไม่ได้หมายความว่า คนนั้นจะเป็นคนดี

การสั่งสมความรักให้เกิดมีขึ้นกับตัวเราและผู้อื่นต่างหากที่ถือว่าเป็นคนดี คนที่มีความรักให้กับตัวและผู้อื่น มักเป็นคนที่ไม่อวดตัว เจียมตัวเสมอ ไม่โอ้อวด ไม่ข่มผู้อื่น ให้เกียรติผู้ที่มีพระคุณ การไม่อวดตัวนั้นถือว่าเป็นการสร้างความรักให้แก่กันและกัน และมักเป็นผู้ที่มีอายุยืนนานดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “ฝ่ายบุตรจงนอบน้อมเชื่อฟังบิดามารดาของตนในองค์พระผู้เป็นเจ้า เพราะกระทำอย่างนั้นเป็นการถูก จงให้เกียรติแก่บิดามารดาของเจ้า นี่เป็นพระบัญญัติข้อแรกที่มีพระสัญญาไว้ด้วย เพื่อเจ้าจะไปดีมาดีและมีอายุยืนนานที่แผ่นดินโลก”^{๔๓} จึงกล่าวได้ว่า ความรักนั้นแท้เป็นความรักที่ไม่อวดตัว เป็นความรักที่ถ่อมตัว เจียมตัว

๓.๓.๑.๕ ความรักไม่หยิ่งผยอง คือ ความหยิ่งผยองนั้น เป็นสิ่งที่ทำให้คนอื่นไม่เห็นใจในเวลาตกทุกข์ได้ยาก เพราะคนหยิ่งผยองนั้น เป็นคนที่ ยะโส จองหอง ถือตัวว่าดีกว่าเขา รวยกว่า มีความรู้มากกว่าเขามักดูถูกคนอื่นอยู่เสมอ ไม่สนใจคำพูดของผู้อื่น ไม่ฟังความคิดเห็นของใคร คนที่หยิ่งผยองนั้น มักเป็นคนที่ขาดความรักจากผู้อื่น เพราะตัวเองไม่คิดที่จะให้ความรักแก่ผู้อื่น

ฉะนั้น ความรักนั้นเป็นสิ่งที่ทำลายความหยิ่งผยองได้ เมื่อคนเราสั่งสมมากๆ ขึ้น ยิ่งทำบ่อยๆ ยิ่งดี ถ้ามมนุษย์คนใดไม่ปฏิบัติตาม คนนั้นยากที่จะเห็นสวนสวรรค์ของพระเจ้าหรือไม่เห็นเลย พระเจ้านั้นทรงประทานความรักให้กับมนุษย์ในนามตัวแทนนั้นก็คือ “พระเยซูคริสต์” เห็นได้จะการที่พระเยซูคริสต์เจ้านั้น พระองค์ไม่มีความหยิ่งผยอง มีแต่ความรักให้แก่คนตกทุกข์ได้ยาก ดังพระกิตติคุณของพระเยซูคริสต์ที่นักบุญมัทธิวเรียบเรียงในบทที่ ๔ ว่า

พระเยซูได้เสด็จไปทั่วแคว้นกาลิลี ทรงสั่งสอนในธรรมศาลาของเขา ทรงประกาศข่าวประเสริฐเรื่องแผ่นดินของพระเจ้า และทรงรักษาโรคภัยไข้เจ็บของชาวเมืองให้หาย กิตติศัพท์ของพระองค์ก็เลื่องลือไปทั่วประเทศซีเรีย เขาจึงพาคนป่วยเป็นโรคต่างๆ คนที่ทน

^{๔๓} อฟ. ๖:๑-๓.

ทุกข์เวทนา คนตีเข้า คนเป็นลมบ้าหมูและคนเป็นอัมพาตมาหาพระองค์ พระองค์ก็ทรงรักษาเขาให้หาย^{๔๔}

ข้อความนี้บอกได้ว่า พระองค์ไม่มีความหึงผยองในความรู้ความสามารถของพระองค์เลย เห็นได้จากการที่พระองค์ทรงรักษาคนป่วยต่างๆ จนทำให้เกิดศรัทธาของพระองค์เลื่องลือไปทั่วพระนคร จึงกล่าวสรุปได้ว่า เมื่อบุคคลใดมีความรักให้แก่กันและกัน บุคคลนั้นย่อมเป็นผู้ไม่หึงผยอง เพราะฉะนั้นความรักแท้จึงเป็นสิ่งที่ไม่หึงผยอง

๓.๓.๑.๖ ความรักไม่หยาบคาย คือ คนที่มีนิสัยหยาบคาย มักเป็นคนที่ไม่มีความอดทนอดกลั้นสักแต่ว่า เพราะความหยาบคายนั้น เป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดกิเลสของคนที่ขาดความรักต่อเพื่อนร่วมโลก คือ การพูด การทำอะไรย่อมไม่นำเคารพน่ารังเกียจของสังคม คือ เวลาพูดก็พูดคำไม่สุภาพ ไม่น่าฟัง พูดแต่คำหยาบคาย เวลาทำอะไรก็ทำสิ่งที่หยาบคาย ความหยาบคายนั้นสามารถทำลายความสัมพันธ์ที่ดีได้ หรือคุณงามความดีที่เคยทำมาได้อย่างรวดเร็ว ต่างกับความรักที่สามารถทำความรักให้มีความสัมพันธ์ที่ดีงามตลอดไปและยังช่วยลบความชั่วที่เคยมีมาได้ เพราะคนที่มีความรักก็เปรียบเสมือนคนดี คนที่กลับใจจากคนมีจิตใจชั่วก็ถือว่าเป็นคนที่สามารถสร้างความรักให้เกิดมีขึ้นในใจได้

ฉะนั้นความรักสามารถทำให้คนชั่วกลับเป็นคนดีได้ เปรียบเสมือนกันให้อภัยแก่ผู้ที่ทำให้เกิดความทุกข์ได้ ดังจดหมายของนักบุญเปาโลซึ่งมีไปชาวโครินธ์ฉบับที่ ๒ บทที่ ๓ ว่า

ถ้าผู้ใดเป็นต้นเหตุทำให้เกิดความทุกข์ ผู้นั้นก็มีได้ทำให้ข้าพเจ้าเป็นทุกข์แต่คนเดียว แต่ได้ทำให้พวกท่านเป็นทุกข์บ้างด้วย (ที่ว่าบ้างนั้นก็คือ ข้าพเจ้าไม่อยากจะปรักปรำผู้ใดจนเกินไป) ที่คนส่วนมากได้ลงโทษคนผู้นั้นก็พอสมควร ฉะนั้นท่านทั้งหลายควรจะยกโทษให้ผู้นั้น และเล้าโลมใจเขาต่างหากกลัวว่าเขาจะจมลงในความทุกข์เหลือเกิน ฉะนั้นข้าพเจ้าขอวิงวอนท่านให้อภัยความรักต่อคนนั้นใหม่^{๔๕}

จึงกล่าวได้ว่า เมื่อบุคคลใดไม่มีความหยาบคาย บุคคลนั้นย่อมเชื่อว่ามีความรัก เพราะฉะนั้น ความรักแท้จึงเป็นความรักไม่หยาบคาย

๓.๓.๑.๗ ความรักไม่คิดเห็นแก่ตัว คือ การไม่เห็นแก่ตัวนั้น เป็นหลักแห่งการสร้างมิตรภาพและความสามัคคีในหมู่คณะได้อย่างดี ความไม่เห็นแก่ตัวนั้น ก่อให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อกัน คือ เกิดความรัก ความกรุณาต่อกัน เมื่อความรัก ความกรุณาเกิดขึ้นในใจก็สามารถที่จะ

^{๔๔} มธ. ๔:๒๓-๒๔.

^{๔๕} ๒ คร. ๒:๕-๘.

ทำให้บ้านเมืองสงบเรียบร้อย คนตกทุกข์ได้ยากก็พลอยมีความสุข คนรวยก็ไม่ต้องหนักใจในการรักษาทรัพย์ของตน เพราะการไม่เห็นแก่ตัวสามารถช่วยให้คนเป็นคนดีได้ คือ คนที่ถูกช่วยเหลือก็กลับมีจิตใจเป็นมิตร (ยกเว้นคนอกตัญญูในสันดาน) คนที่ช่วยเหลือคนก็มีใจเบิกบาน และก็เป็นผู้ที่ถูกสรรเสริญ เหมือนพระเยซูคริสต์พระองค์ทรงไม่เห็นแก่ตัว ช่วยเหลือคนที่มาขอความช่วยเหลือ ดังพระกิตติคุณของพระเยซูคริสต์ที่นักบุญมัทธิวเรียบเรียงไว้ตอนหนึ่งว่า

คูเถิด เขาหามคนง่อยคนหนึ่งซึ่งนอนอยู่บนที่นอนมาหาพระองค์ เมื่อพระเยซูทรงเห็นความเชื่อของเขาทั้งหลาย จึงตรัสกับคนง่อยว่า “ลูกเอ๋ย จงขึ้นใจเกิด บาปของเจ้าได้รับอภัยแล้ว” ...พระองค์จึงตรัสสั่งคนง่อยว่า “จงลุกขึ้นยกที่นอนกลับไปบ้านเกิด” เขาจึงลุกขึ้นไปบ้าน เมื่อประชาชนเห็นดังนั้นเขาก็ตระหนกตกใจ แล้วพากันสรรเสริญพระเจ้า ผู้ได้ทรงประทานสิทธิอำนาจเช่นนั้นแก่มนุษย์^{๕๖}

จะเห็นได้ว่า คนที่ไม่เห็นแก่ตัวนั้นก็เปรียบเหมือนคนที่มีแต่ความรัก ที่ให้กับผู้อื่นโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน การไม่หวังสิ่งตอบแทนนั่นแหละ คือ สิ่งที่เราเรียกว่า “การไม่เห็นแก่ตัว” เมื่อการเห็นแก่ตัวไม่เกิด ความรักก็เข้ามา เพราะฉะนั้น ความรักแท้จึงเป็นสิ่งที่ไม่เห็นแก่ตัว

๓.๓.๑.๘ ความรักไม่ฉุนเฉียว คือ การที่บุคคลใดมีความฉุนเฉียวอยู่ในใจ มักจะเป็นคนที่มีอารมณ์โกรธง่าย ไม่พอใจง่าย มักจะเสียใจในสิ่งที่ตัวเองได้กระทำแล้ว พุดง่าย ๆ คือ เป็นคนที่ขาดสติ คนที่ขาดสติก็เหมือนกันคนที่ขาดความรักต่อเพื่อนบ้าน เพราะความรักนี้พระเจ้าทรงประทานมาเพื่อให้คนได้อยู่ร่วมกันอย่างสันติ ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง”^{๕๗} ความรักจึงเป็นสิ่งที่พระเจ้าทรงให้มาเพื่อจำกัดความฉุนเฉียวในใจ พุดง่าย ๆ คือความรักนั้น สามารถระงับความโกรธความฉุนเฉียวได้ พระเจ้าจึงทรงให้คนเรานั้น ระงับความโกรธเสีย ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “จงระงับความโกรธ และทิ้งความพิโรธ อย่าให้ใจของท่านเดือดร้อน มีแต่จะชั่วไป”^{๕๘}

เพราะฉะนั้น การจะเอาชนะความชั่ว คือ ความฉุนเฉียวที่อยู่ในใจนั้น จะต้องใช้ความรักเท่านั้นที่จะสามารถที่จะเอาชนะได้ถาวร จึงกล่าวได้ว่า เมื่อบุคคลใดหมั่นอบรมสร้างความรักให้เกิดขึ้นมีขึ้นอยู่ในใจ บุคคลนั้นย่อมเชื่อว่ามีความรักแท้ ความรักแท้จึงเป็นความรักที่ไม่ฉุนเฉียว

^{๕๖} มธ. ๙:๒๒.๕.

^{๕๗} มก. ๑๒:๓๑.

^{๕๘} สดค. ๓๖:๘.

๓.๓.๑.๘ ความรักไม่ช่างจดจำความผิด คือ บุคคลใดที่มีความรักอยู่ในใจ บุคคลนั้นย่อมเป็นผู้ที่มีใจให้อภัยกับผู้อื่นเสมอ คนชอบจดจำความผิดของผู้อื่นนั้นมักจะเป็นผู้มีความทุกข์เสียดใจ คือ เมื่อนึกความผิดของผู้อื่น จิตใจก็กระวนกระวายคิดที่จะแก้แค้น อาฆาตพยาบาทต่างๆ นานา ต่างจากคนที่ไม่มีหลักแห่งความรักในใจจะเป็นคนปล่อยวางในเรื่องความผิดของผู้อื่นเสมอ คือไม่เอามาคิดแก้แค้น คนที่ไม่จดจำความผิดของผู้อื่น มักจะเป็นคนมีความสุขทางใจ

เพราะฉะนั้น ความรักที่แท้จริงนั้น เป็นความรักที่ให้อภัย เหมือนอย่างที่พระเยซูคริสต์ทรงสอนให้คนเรานั้น อย่าไปจดจำความผิดของคนที่มาทำร้าย หรือ คนที่เป็นศัตรู ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “จงรักศัตรูของท่าน และจงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน”^{๔๘} จะเห็นได้ว่า คนที่มีความรักอยู่ในใจนั้นจะไม่ถือว่าสาเอาความคนที่ตัวเองไม่ชอบ จึงกล่าวสรุปได้ว่าความรักที่พระเจ้าทรงประทานให้มานั้นเป็นความรักที่ไม่จดจำความผิดของผู้อื่น เป็นความรักที่ให้อภัยเสมอ

๓.๓.๑.๑๐ ความรักไม่ขึ้นชมนินทาเมื่อมีการประพฤติด แต่ขึ้นชมนินทาเมื่อประพฤดีชอบ คือ การประพฤดีในทางที่ผิดศีลผิดธรรมนั้น คนที่มีหลักแห่งความรักนั้นย่อมไม่สนับสนุนให้ประพฤดีปฏิบัติตามคนที่มิมีนิสัยชั่ว ตรงกันข้ามกับคนที่ไม่มีความรักอยู่ในใจ คือ คนชั่วนั้น มักจะส่งเสริมให้คนอื่นทำความชั่วต่างๆ มีการฆ่า ปล้น ลักทรัพย์เป็นต้น ความประพฤดีผิดศีลผิดธรรมนั้นย่อมก่อให้เกิดความไม่สงบในชีวิตและทรัพย์สิน ทำให้บ้านเมืองขาดความสงบเรียบร้อย คนที่ทำความผิดหรือประพฤดีชั่วนั้น ย่อมไม่คิดว่าตัวเองทำผิด เป็นพวกที่ถือมิฉาติฐิ คือ ความเห็นผิดนั่นเอง คนประเภทนี้จะเป็นคนที่ไม่มีความรักในใจเลยดังนั้นพระเจ้าพระองค์จึงได้ตรัสว่า คนที่มีความชั่วร้ายนั้นเป็นผู้ที่ขาดความยุติธรรม คือ ไม่เข้าใจนั่นเอง ดังพระคัมภีร์ว่า “คนชั่วร้ายไม่เข้าใจความยุติธรรม แต่บรรดาผู้ที่แสวงหาพระเจ้าเข้าใจดีถ้วน”^{๔๙}

เพราะฉะนั้น พระเจ้าพระองค์จึงทรงบัญญัติให้คนนั้นมีความรักต่อกัน อย่าทำร้ายกันและกันมีการฆ่ากัน เป็นต้น ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “อย่าฆ่ากัน”^{๕๐} ความรักเปรียบได้หลายอย่างผู้วิจัยขอยกตัวอย่างของความรักของพ่อกับแม่ เป็นต้น พ่อแม่ที่มีหลักแห่งความรักแท้ อยู่ในใจนั้น วันใดที่ลูกทำผิดก็ตักเตือน ไม่สนับสนุนให้ทำผิด ไม่ินดีเมื่อลูกทำผิด สอนให้ลูกกลับตัวกลับใจ เป็นต้น

^{๔๘} มธ. ๕:๔๔.

^{๔๙} สภย. ๒๘:๕.

^{๕๐} อพย. ๒๐:๑๓.

จึงกล่าวได้ว่า คนที่มีหลักแห่งความรักนั้นอยู่ในใจนั้น จะไม่ยินดีเมื่อคนอื่นทำผิด แต่จะยินดีกับคนที่ประพฤติชอบ เมื่อบุคคลใดไม่ชื่นชมยินดีในการประพฤติผิด บุคคลนั้นย่อมถือว่ามีความรักแท้ เพราะฉะนั้นพระเจ้าทรงปกป้องรักษาคนที่มีความรักคือคนมีธรรม ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “พระเจ้าทรงเป็นที่กำบังเข้มแข็งแก่ผู้ที่ประพฤติอย่างเที่ยงธรรม แต่ผู้กระทำความชั่วพระองค์ทรงทำลาย ผู้ชอบธรรมจะไม่ถูกกำจัดเลย แต่คนชั่วช้าจะไม่ได้อยู่ในแผ่นดิน”^{๕๒}

๓.๓.๑.๑๑ ความรักเชื่อในส่วนตัวของเขาอยู่เสมอ คือ การมองโลกในแง่ที่ดีนั้นสามารถช่วยให้จิตใจที่หดหู่ขาดความอบอุ่นขาดความรักนั้นมีจิตใจที่ดีขึ้นได้ คนที่มีหลักแห่งความรักก็คือ คนที่เชื่อในพระเจ้า คนที่เชื่อในความรักของพระเจ้าจะเป็นคนที่มีความหวังอยู่เสมอในการที่จะทำให้คนชั่วกลับใจ เหมือนพระเยซูคริสต์ที่พระองค์ไม่ทรงสิ้นหวังในตัวพระเจ้าถึงแม้คนใจบาปชั่วช้าทำร้ายลงโทษพระองค์ให้ถึงแก่กรรม พระองค์ก็ไม่ทรงอาฆาตแค้น เมื่อครั้งที่เปโตรได้ปฏิเสธพระองค์ว่า “ไม่รู้จักพระเยซูคริสต์ พระองค์ไม่ถือสาจึงทำให้เปโตรกลับใจและเผยแผ่คำสอนของพระองค์ต่อไป ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์มัทธิวว่า “เปโตรจึงระลึกถึงคำที่พระเยซูคริสต์ไว้ว่า ก่อนไถ่ขันเจ้าจะปฏิเสธเราสามครั้ง แล้วเปโตรก็ออกไปข้างนอกร้องให้เป็นทุกข์ยิ่งนัก”^{๕๓} หรือซาโลที่เคยมุ่งเหยิงพระเยซูคริสต์ก็กลับตัวกลับใจด้วยความดี คือ ความรักของพระเยซูคริสต์ ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “เราคือเยซู ซึ่งเจ้ามุ่งเหยิง”^{๕๔} หลังจากนั้นก็ทำให้ตาของซาโลบอดสนิทมองอะไรไม่เห็น พระองค์จึงได้ตรัสบอกวิธีแก่ สุดท่ายท่านซาโลก็กลับใจนับถือพระองค์ ดังพระคัมภีร์ว่า “ท่านจงลุกขึ้นรับบัพติศมา”^{๕๕} นับตั้งแต่นั้นมาท่านซาโลก็ยกย่องพระคริสต์ว่า “พระองค์ทรงเป็นพระบุตรของพระเจ้า”^{๕๖}

จึงกล่าวได้ว่า หลักความรักที่บุคคลมีอยู่ในใจนั้น สามารถที่จะทำให้อื่นที่ไม่หวังดี คิดร้าย ก็กลับใจได้ดังที่ยกมาเบื้องต้นว่า “ความรักเชื่อในส่วนตัวของเขาอยู่เสมอ”^{๕๗}

๓.๓.๑.๑๒ ความรักมีความหวังอยู่เสมอ คือ คนที่เชื่อในความรักของพระเยซูคริสต์ ก็เหมือนกับคนที่ยังไม่สิ้นความหวัง เมื่อกับคนที่หายจากโรค นั่นก็คือ โรคแห่งความเศร้า

^{๕๒} สภษ. ๑๐:๒๕-๓๐.

^{๕๓} มธ. ๒๖:๓๕.

^{๕๔} กจ. ๘:๕.

^{๕๕} กจ. ๘:๑๘.

^{๕๖} กจ. ๘:๒๐.

^{๕๗} ๑คร. ๑๒:๓.

ความทุกข์ใจ เพราะความเศร้า ความทุกข์ใจมักก่อให้เกิดความสิ้นหวังในชีวิต แต่คนที่เชื่อในความรักของพระบิดาและพระบุตรสามารถที่จะรักษาโรคแห่งความเศร้าได้ พระเยซูคริสต์นั้นในพระชนม์ชีพของพระองค์นั้น ชีวิตของพระองค์ไม่ได้โรยด้วยดอกไม้ พระองค์ต้องประสบกับความทุกข์ต่าง ๆ นานา ที่เข้ามาในพระชนม์ชีพของพระองค์ จนสุดท้ายพระองค์ก็ต้องถูกลงโทษจากคนใจบาป ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า

พวกทหารของเจ้าเมืองจึงพาพระเยซูไปไว้ในศาลาปริโทเรียม แล้วก็รวมทหารทั้งกองไว้ข้างหน้าพระองค์ และเปลื้องฉลองพระองค์ออก เอาเสื้อสีแดงข้อมมาสวมพระองค์ เอาหนามสานเป็นมงกุฎสวมพระเศียรพระองค์ แล้วเอาไม้้อให้ถือไว้ในพระหัตถ์เบื้องขวาของพระองค์ และได้คุกเข่าลงต่อพระพักตร์พระองค์เยาะเย้ยว่า กษัตริย์ของพวกยิวเจ้าข้า ขอทรงพระเจริญ แล้วก็ถ่มน้ำลายรด และเอาไม้้อนั้นตีพระเศียรพระองค์ เมื่อเยาะเย้ยพระองค์แล้วเขาถอดเสื้อนั้นออก แล้วเอาฉลองพระองค์สวมให้ และนำพระองค์ออกไปเพื่อจะตรึงเสี้ยที่กางเขน^{๕๔}

กล่าวได้ว่า พระองค์นั้นประสบพบเจออุปสรรคมากในพระชนม์ชีพ แต่พระองค์ก็ยังไม่สิ้นความหวัง คือ ยังคงเชื่อมั่นในความรักต่อพระเจ้าอย่างมั่นคง เพราะฉะนั้น คนที่มีความรักอยู่ในใจจะเป็นคนที่ไม่สิ้นหวัง หลักแห่งความรักจึงเป็นความรักที่มีความหวังอยู่เสมอ เมื่อบุคคลใดมีความหวังในพระเยซูคริสต์เจ้า บุคคลย่อมยอมไม่สิ้นหวัง

๓.๓.๑.๑๓ ความรักทนต่อทุกอย่าง คือ บุคคลใดที่หมั่นสร้างความรักไว้ในใจ บุคคลนั้นย่อมทนได้ทุกอย่าง คือว่าหลักแห่งความรักนั้น เป็นหลักแห่งธรรมที่สามารถเอาชนะใจที่อาฆาตได้ สามารถยกโทษหรือให้อภัยความผิดของคนอื่นได้ เพราะฉะนั้น มนุษย์ควรอย่างยิ่งที่จะสร้างหลักแห่งความรักไว้ ไม่ควรมองผู้อื่นว่าเป็นคนไม่ดีส่วนเดียว มนุษย์เรานั้นมีทั้งส่วนดีและส่วนไม่ดี จึงมักก่อให้เกิดการกระทบกระทั่งกันบ้าง ถ้าเราแม้แต่ที่จะแก้แค้น ปัญหาที่จะมากขึ้น ความไม่สงบก็จะไม่มีสิ้นสุด พระเยซูคริสต์พระองค์จึงอยากให้เราเหล่านั้นมีหลักแห่งความรักต่อกัน เพราะความรักทนได้ทุกอย่าง พระองค์จึงสอนว่าคนที่มีความรักอยู่ในใจนั้นสามารถทนทุกอย่างได้ ดังที่พระกิตติคุณของพระเยซูคริสต์ที่นักบุญมัทธิวเรียบเรียงในบทที่ ๕ ว่า

ท่านทั้งหลายได้ยินคำซึ่งกล่าวไว้ว่า ตาแทนตา และฟันแทนฟัน ฝ่ายเราบอกท่านว่าอย่าต่อสู้คนชั่ว ถ้าผู้ใดตบแก้มขวาของท่าน ก็จงหันแก้มซ้ายให้เขาด้วย ถ้าผู้ใดอยากจะทำร้ายเพื่อจะปรับเอาเสื้อของท่าน ไปก็จงให้เสื้อคลุมแก่เขาเสียด้วย ถ้าผู้ใดจะเกณฑ์ท่าน

^{๕๔} มธ. ๒๗:๒๗-๓๑.

ให้เดินทางไปหนึ่งกิโลเมตร ก็ให้เลยไปกับเขาถึงสองกิโลเมตร ถ้าเขาจะขอสั่งใจจากท่าน ก็จงให้อ่าเมินหน้าจากผู้ที่อยากขอยืมจากท่าน^{๕๕}

จากข้อความทั้งหมดนั้นกล่าวได้ว่า บุคคลใดที่มีหลักแห่งความรักในใจ บุคคลนั้นย่อมมีความรักที่บริสุทธิ์ คือ เป็นความรักที่ตอบแทนแก่กัน เป็นความรักที่ไม่ก่อให้เกิดความอิจฉา เป็นความรักที่ไม่ถือตัว ไม่หยิ่งผยองในตัวเอง เป็นความรักที่สุภาพ ไม่เห็นแก่ตนเอง เป็นความรักที่ไม่ก่อให้เกิดความโกรธต่อผู้อื่น ไม่ถือสาเอาผิด ชื่นชมยินดีกับคนทำดี เป็นความรักที่ให้อภัย และเป็นความรักที่ไม่สิ้นหวัง และเป็นความรักที่ทนได้ทุกอย่าง

สรุปได้ว่า เมตตาธรรมอันเป็นหัวใจของคริสตศาสนานั้น หมายถึง การมีความรักในพระเจ้าอย่างสุดจิตใจ และการรักเพื่อนบ้าน ด้วยการละเว้นจากความอามรณ์ความชั่วทั้งหลาย มิเห็นแก่ตัว ไม่โกรธ ไม่แค้น ไม่เย่อหยิ่ง โยโส โอหัง ไม่เห็นผิดจากทำนองคลองธรรม และการสร้างคุณดีทั้งหลาย หมายถึง การมีน้ำใจที่ดีงาม ไม่ทำร้ายทางกาย ทางวาจา ทางใจต่อกัน และกัน คือ ไม่ฆ่า ไม่พูดเท็จ ไม่ลักขโมย เสียสละความสุขของตนเพื่อผู้อื่นโดยไม่หวังตอบแทน ทั้งหมดนี้เป็นหัวใจของคริสตศาสนา

๓.๔ พระจริยาวัตรของพระเยซูคริสต์

พระจริยาวัตรของพระคริสต์นั้นเป็นที่ทราบกันดีในคริสต์ศาสนิกชนว่า พระองค์ทรงเป็นผู้ที่มีพระจริยาในด้านกาย วาจา ใจงดงาม คือ ๑. ทางกาย พระองค์ทรงเว้นจากการทำความชั่ว คือ ไม่ฆ่า ไม่พูดเท็จ ไม่ลักขโมย ๒. ทางวาจา พระองค์ทรงตรัสแต่คำที่เป็นประกอบด้วยความรักมีการรักใคร่ต่อกันไม่พยาบาทอาฆาตกัน ๓. ทางใจ พระองค์ทรงมีพระหทัยที่หวังให้มนุษย์พ้นทุกข์ ด้วยการทรงบำเพ็ญกิจต่างๆ ในการแสดงธรรมและรักษาคนให้พ้นจากความเจ็บปวดทั้งทางกายและทางใจ และความสุข ด้วยความรักและความเชื่อที่พระองค์มี พระองค์ได้เสด็จจาริกไปในเมืองเล็กบ้าง เมืองใหญ่บ้าง ด้วยไม่ทรงท้อแท้ ไม่ทรงรังเกียจใครๆ ว่าจะจนหรือรวย ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า

ครั้นข้ามฟากไปแล้วก็มาขึ้นฝั่งที่แขวงเยนเนซาเรท คนในตำบลนั้นจำพระองค์ได้ ก็ใช้คนไปบอกกล่าวทั่วแคว้นนั้น ต่างก็พาบรรดาคนเจ็บป่วยมาเฝ้าพระองค์ เขาทูลขอพระองค์

^{๕๕} มธ. ๕:๓๘-๔๒.

โปรดให้เขาได้แต่ต้องแต่ชายฉลองพระองค์เท่านั้น และผู้ใดได้แต่ต้องแล้วก็หายป่วย
บริบูรณ์ดีทุกคน^{๖๐}

พระเยซูคริสตนั้น พระองค์ทรงเห็นความสงบของชีวิตของมนุษย์นั้นสำคัญมาก ทรง
หาวิธีการต่างๆ ที่จะทำให้มนุษย์มีความเสมอภาคกันโดยไม่ให้อียศตำแหน่งเป็นสำคัญแต่ให้
เกียรตินั้นด้วยความรัก ให้มองว่าเราทุกคนนั้นสามารถอยู่ร่วมกันได้ถ้าเรามีความรักให้กัน พระองค์
ทรงเห็นว่า ความรักนั้นสามารถที่จะทำให้บ้านเมืองมีความสงบร่มเย็นได้ เพราะว่ามีมนุษย์ทุกคนบน
โลกใบนี้ควรเป็นเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุขกับเราไม่ใช่ศัตรู ไม่ใช่ทาส เราควรรู้ให้ได้รับความรักกันทั่ว
หน้า พระองค์จึงได้ทรงห้ามทำความชั่วต่างๆ มีการอย่าฆ่าคน อย่าพูดเท็จ อย่าลักทรัพย์ เป็นต้น
ก็เพราะพระองค์ทรงเปี่ยมล้นด้วยพระเมตตา ที่พระองค์ได้เอ่ยขอให้มนุษย์ทุกคนแบ่งปันความรัก
ให้แก่กัน ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า

ท่านทั้งหลายได้ยินคำซึ่งกล่าวไว้ว่า จงรักคนสนิท และเกลียดชังศัตรู ฝ่ายเราบอกท่าน
ว่า จงรักศัตรูของท่านและจงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน ทำดังนี้แล้วท่านทั้งหลายจะเป็น
บุตรของพระบิดาของท่าน ผู้ทรงสถิตในสวรรค์ เพราะว่า พระองค์ทรงให้ดวงอาทิตย์ของ
พระองค์ ขึ้นส่องสว่างแก่คนดีและคนชั่วเสมอกัน และให้ฝนตก แก่คนชอบธรรมและคน
อธรรม^{๖๑}

กล่าวได้ว่า พระจริยาวัตรของพระเยซูคริสตในเรื่องความรักความมีเมตตาอันเป็นที่
ปรากฏชัดเจนว่า พระองค์ทรงประพฤติปฏิบัติตลอดพระชนม์ชีพมีการเทศนาอบรมสั่งสอนด้วย
วิธีการต่างๆ ทางกาย วาจาและใจ พระองค์ทรงเป็นผู้ดำรงไว้ซึ่งความรักอันเป็นตัวแทนของพระ
เจ้า และเป็นแสงสว่างให้กับสัตว์ที่มีความทุกข์ และเป็นต้นแบบของความยุติธรรมทั้งหลาย ดังคำ
สรรเสริญพระเมตตาของพระเยซูคริสต ในจดหมายของนักบุญเปาโลถึงทิโมธีว่า

เพราะว่าพระคุณของพระเจ้าได้ปรากฏแล้ว เพื่อช่วยคนทั้งปวงให้รอด สอนให้เราละทิ้ง
ความอธรรมและโลกีย์ตัณหา และดำเนินชีวิตในยุคนี้อย่างมีสติสัมปชัญญะ สัตย์ซื่อสุจริต
และตามคลองธรรม คอยความสุขซึ่งจะได้รับตามความหวัง ได้แก่การปรากฏของพระสิริ
ของพระเจ้าใหญ่ยิ่ง คือ พระเยซูคริสต พระผู้ช่วยให้รอดของเรา ผู้ได้ทรงโปรดประทาน

^{๖๐} มธ. ๑๔:๓๔-๓๖.

^{๖๑} มธ. ๕:๔๓-๔๕.

พระองค์เองให้เรา เพื่อให้เราให้พ้นจากการอธรรมทุกอย่าง และทรงชำระเราให้บริสุทธิ์ เพื่อให้เป็นหมู่ชนพิเศษเฉพาะของพระองค์ และเป็นคนที่ชวนชวยกระทำการดี^{๖๒}

๓.๔.๑ ด้านพระเมตตาทางกาย

พระเยซูคริสต์พระองค์ทรงสอน ว่าชีวิตของคนเรานั้นมีค่าเท่ากับ ไม่ควรมองว่าคนจนต่ำกว่าคนรวย เหมือนอย่างพระองค์ทรงบำเพ็ญพระเมตตาทางกายในการช่วยเหลือคนตกทุกข์ได้ต่างๆ มีความเจ็บไข้ได้ป่วย โดยไม่เลือก ไม่บ่ม ดังพระกิตติคุณของพระเยซูคริสต์ที่นักบุญลูคาได้เรียบเรียงไว้ว่า

แม่ยายซีโมนป่วยเป็นไข้หนัก เขาทั้งหลายจึงอ่อนวอนพระองค์ให้ช่วยหญิงนั้น พระองค์ทรงยืนอยู่ข้างคนเจ็บ ทรงขนานไข ไขก็หาย และในทันใดนั้น แม่ยายของซีโมนก็ลุกขึ้นปรนนิบัติพระองค์กับพวกของพระองค์ ครั้นเวลาตะวันตกยอแสง ใครมีคนเจ็บเป็นโรคต่างๆ ก็พามาหาพระองค์ พระองค์ก็ทรงวางพระหัตถ์ถูกต้องเขาทุกคน ให้เขาหายโรค ผิดก็ออกมาจากคนหลายคนด้วย ฝ่ายพระองค์ก็ทรงขนานมัน และไม่ให้น้ำมันพูด เพราะว่ามันรู้แล้วว่า พระองค์ทรงเป็นพระคริสต์^{๖๓}

พระเยซูคริสต์นั้น พระองค์ทรงมองคนดีหรือคนชั่วว่าไม่ต่างกัน เพราะชีวิตของคนแต่ละชีวิตล้วนรักตัวเอง ถึงแม้ว่าจะมีบางคนทำร้ายเราทางกายบ้าง ทางใจบ้าง แต่พระองค์ก็ทรงเชื่อในความดีของเขา ถึงแม้ว่าจะมีคนใจบาปจะมีความดีอันเป็นตัวแทนแห่งความรักน้อยนิดก็ตามในตัวเขา พระองค์ก็ยังสอนให้เรารักเขา จงเอาชนะเขาด้วยความดีคือความรักของเรา ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า พระองค์ทรงว่า “จงรักศัตรู และจงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน”^{๖๔}

กล่าวได้ว่า พระเยซูคริสต์นั้น พระองค์ทรงสอนและประพฤติ เมตตาทางกายในที่ต่างๆ กับคนประเภทต่างๆ โดยไม่ทรงรังเกียจว่าจะเป็นคนจนหรือรวย ดีหรือชั่ว พระองค์ไม่ได้ทรงสอนให้รักด้วยคำพูดหรือปาก แต่พระองค์ทรงสอนให้รักกันด้วยการมีเมตตาทางกาย หมายถึง การกระทำสิ่งต่างๆ ก็ขอให้เป็นไปด้วยความรักอันออกมาจากความจิตใจที่แท้จริง ดังพระกิตติคุณของพระคริสต์ที่นักบุญยอห์นเรียบเรียงไว้ว่า “ถ้าผู้ใดมีทรัพย์สมบัติในโลกนี้ และเห็นพี่น้องของตนขัดสนแล้วยังใจจิตใจดำไม่สงเคราะห์เขา ความรักของพระเจ้าจะดำรงอยู่ในผู้นั้นอย่างไร ลูกทั้งหลายเอ๋ย อย่าให้เรารักกันด้วยคำพูดและด้วยปากเท่านั้น แต่จงรักกันด้วยการกระทำและด้วยความ

^{๖๒} ทต. ๒:๑๑-๑๔.

^{๖๓} ลก. ๔:๓๘-๔๑.

^{๖๔} มธ. ๕:๔๔.

จริง”^{๖๕} ดังที่ปรากฏมานี้ พระองค์จึงถูกยกย่องว่าเป็นพระเจ้าผู้ช่วยให้เรารอด ดังจดหมายของท่านยูดาว่า “พระเจ้าผู้ช่วยให้รอดของเราโดยพระเยซูคริสต์”^{๖๖} เป็นต้น

๓.๔.๒ ด้านพระเมตตาทางวาจา

พระเยซูคริสต์ พระองค์ทรงสอนให้คนนั้นละเว้นจากการกล่าวคำเท็จ กล่าวคำหยาบคาย กล่าวคำที่ไม่เป็นมงคลอันทำให้แตกความสามัคคี เป็นต้น วาจาชั่วทั้งหลายเหล่านี้ พระองค์ทรงละขาด และพระองค์ก็ยังทรงตรัสแต่คำที่ประกอบด้วยความรักเป็นหลักเพื่อให้นักเรียนนั้นมองเห็นความรักว่า เป็นสิ่งที่จะทำให้ชีวิตของแต่ละคนนั้นสงบได้และเป็นสุขได้จริง ดังพระวจนะที่ประกอบด้วยพระเมตตาว่า

บุคคลผู้ใดมีใจอ่อนโยน ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้รับแผ่นดินโลกเป็นมรดก
บุคคลผู้ใดมีใจกรุณา ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้รับพระกรุณาตอบ
บุคคลผู้ใดมีใจบริสุทธิ์ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้เห็นพระเจ้า
บุคคลผู้ใดสร้างสันติ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าพระเจ้าจะทรงเรียกเขาว่าเป็นบุตร^{๖๗}

พระองค์ยังตรัสคำที่ประกอบด้วยพระเมตตาอีกมากที่อยากให้นักเรียนนั้นมีความสุขไม่ อยากให้ยึดติดในลาภยศสรรเสริญหรือทรัพย์สินสมบัติเงินลี้มที่จะทำความดี เพราะพระองค์อยากให้นักเรียนนั้นหมั่นสร้างความคิดที่จะเป็นสมบัติในสวรรค์เป็นหลัก ดังพระกิตติคุณของพระคริสต์ที่นักบุญมัทธิวเรียบเรียงไว้ว่า พระเยซูคริสต์ตรัสว่า

อย่าสั่งสมทรัพย์สมบัติไว้สำหรับตัวในโลก ที่อาจเป็นสนิมและที่แมลงกินเสียได้และที่ขโมยอาจขูดช่องลักเอาไปได้ แต่จงสั่งสมทรัพย์สมบัติไว้ในสวรรค์ ที่ไม่มีแมลงจะกินและไม่มีสนิมจะกัด และที่ไม่มีขโมยขูดช่องลักเอาไปได้ เพราะทรัพย์สมบัติของท่านอยู่ที่ไหน ใจของท่านก็อยู่ที่นั่นด้วย^{๖๘}

การสั่งสมทรัพย์สมบัติไว้มากไม่ทำให้มีความสุขได้ถาวร มักจะต้องเคยห่วงกลัวว่าผู้อื่นจะมาลักมาปล้น แต่การสั่งสมบุญกุศลนั้นไม่ต้องกลัวว่าใครจะมาเอาไปได้ ฉะนั้น พระเยซูคริสต์ พระองค์จึงตรัสคำที่ประกอบด้วยเมตตาเหล่านั้นเพื่อหวังว่ามนุษย์อย่างเราจะมีสติขึ้นมาบ้าง เพื่อให้ตั้งอยู่ในความไม่โลภ

^{๖๕} ยน. ๓:๑๓-๑๘.

^{๖๖} ยด. ๒๔-๒๕.

^{๖๗} มธ. ๕:๕,๓-๘.

^{๖๘} มธ. ๖:๑๙-๒๑.

พระเยซูคริสต์นั้นพระองค์ทรงเทศนาและประพุดิเมตตาทางวาจาตลอดมา ดังคำสรรเสริญในจดหมายของนักบุญเปาโลถึงคนฮีบรูว่า

ท่านทั้งหลายจงระลึกถึงหน้าของท่าน ผู้ซึ่งได้ประกาศพระวาทะของพระเจ้าแก่ท่านและจงพิจารณาคุณผลปลายทางที่เกิดแก่เขาแล้วจงตามอย่างความเชื่อของเขา พระเยซูคริสต์ยังทรงเหมือนเดิมในเวลาวานี้... เหตุฉะนั้น ให้เราถวายคำสรรเสริญเป็นเครื่องบูชาแก่พระเจ้าตลอดไป โดยทางพระองค์นั้น คือ คำกล่าวยอมรับเชื่อพระนามของพระองค์ จงอย่าละเลยที่จะกระทำความดี และจงแบ่งปันข้าวของซึ่งกันและกัน เพราะเครื่องบูชาอย่างนั้นเป็นที่พอพระทัยพระเจ้า^{๖๕}

๓.๔.๓ ด้านพระเมตตาทางใจ

พระเยซูคริสต์นั้นพระองค์ทรงมีจิตที่มีประกอบด้วยพระเมตตาอย่างมากสามารถที่จะรักษาคนไข่ได้ด้วยจิตแห่งเมตตา จะเห็นได้ว่า ในประวัติพระองค์นั้นทรงอธิษฐานให้คนไข้มันป่วยทำให้หายจากความเจ็บปวดได้และสามารถทำให้คนใจบาปกลับตัวเป็นคนดีได้และทรงห้ามเภทภัยด้วยอำนาจจิตแห่งเมตตาของพระเจ้า ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมดังต่อไปนี้

๑. จิตเมตตาในการรักษาคน เรื่องมีมาว่า ฝ่ายพระเยซูก็เสด็จลงเรือข้ามฟากไปยังเมืองของพระองค์ คุณเถิดเขาหามคนง่อยคนหนึ่งซึ่งนอนอยู่บนที่นอนมาหาพระองค์ เมื่อพระเยซูทรงเห็นความเชื่อของเขาทั้งหลาย จึงตรัสกับคนง่อยว่า “ลุกเอ๋ย จงขึ้นใจเถิด บาปของเจ้าได้รับอภัยแล้ว”... พระองค์จึงตรัสสั่งคนง่อยว่า “จงลุกขึ้นยกที่นอนกลับบ้านเถิด” เขาจึงลุกขึ้นไปบ้านเมื่อประชาชนเห็นดังนั้นเขาก็ตระหนกตกใจ แล้วพากันสรรเสริญพระเจ้า ผู้ได้ทรงประทานสิทธิอำนาจเช่นนั้นแก่มนุษย์^{๖๖}

๒. จิตเมตตาในการห้ามพายุ เรื่องมีมาว่า เมื่อพระองค์เสด็จลงเรือ พวกสาวกของพระองค์ก็ตามพระองค์ไป คุณเถิด เกิดพายุใหญ่ในทะเลสาบจนคลื่นซัดท่วมเรือ แต่พระองค์บรรทมหลับอยู่ และพวกสาวกได้มาปลุกพระองค์ ทูลว่า “พระองค์เจ้าข้า ขอพระองค์ทรงโปรดช่วยเถิด พวกเรากำลังจะจมอยู่แล้ว” พระองค์จึงตรัสกับเขาว่า “เหตุไฉนจึงขลาดนัก ช่างมีศรัทธา น้อยเสียจริงๆ” แล้วพระองค์ทรงลุกขึ้นห้ามลมและทะเล คลื่นลมก็สงบเงียบทั่วไป คนเหล่านั้นก็อัศจรรย์ใจพูดกันว่า “ท่านผู้นี้เป็นคนอย่างไรหนอ จนชั้นลมและทะเลก็เชื่อฟังท่าน”^{๖๗}

^{๖๕} ฮีบ. ๑๓:๗-๘ ๑๕-๑๖.

^{๖๖} มธ. ๘:๑-๒ ๖-๘.

^{๖๗} มธ. ๘:๒๓-๒๕.

๓. จิตเมตตาในการให้กลับใจ เรื่องมีมาว่า ฝ่ายซาโลยังผู้คาราม กล่าวว่าจะหาศิษย์ขององค์พระผู้เป็นเจ้าเสีย จึงไปหามหาปุโรหิตประจำการ ขอหนังสือไปยังธรรมศาลาในเมืองดามัสกัส เพื่อว่าถ้าพบผู้ถือทางนั้นไม่ว่าชายหรือหญิง จะได้จับมัดพามายังกรุงเยรูซาเล็ม เมื่อซาโลเดินทางไปถึงใกล้จะถึงเมืองดามัสกัส ในทันใดนั้น มีแสงสว่างส่องมาจากฟ้าล้อมตัวเขาไว้รอบซาโลจึงล้มลงถึงดินและได้ยินพระสุรเสียงตรัสมาว่า “ซาโล ซาโลเอ๋ย เจ้าชมเหงเราทำไม” ซาโลจึงทูลถามว่า “พระองค์เจ้าข้า พระองค์ทรงเป็นผู้ใด” พระองค์ตรัสว่า “เราคือเยซู ซึ่งเจ้าชมเหง...แต่เจ้าจงลุกขึ้นเข้าไปในและเจ้าจะต้องทำประการใดจะมีคนบอกให้รู้”^{๑๒} สุดท้ายก็ทำให้ซาโล กลับใจ ดังพระคัมภีร์ว่า “ท่านจงลุกขึ้นรับบัพติศมา”^{๑๓} นับตั้งแต่นั้นมา ท่านซาโลก็ยกย่องพระคริสต์ว่า “พระองค์ทรงเป็นพระบุตรของพระเจ้า”^{๑๔}

กล่าวได้ว่า พระเมตตาทางจิตของเยซูคริสต์นั้น พระองค์แผ่ให้กับคนทุกประเภทที่เชื่อในความรักเชื่อในความดี เชื่อในพระเจ้า กิตติศัพท์ของพระองค์นั้นในเรื่องเมตตาจิตนั้นเป็นยอมรับของคนทั้งที่พบเห็นและยังไม่พบเห็น (เว้นคนใจบาปด้วยสันดาน) ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์โรมว่า “เราทั้งหลายยังชื่นชมยินดีในพระเจ้า โดยทางพระเยซูคริสต์เจ้าของเรา ผู้ทรงเป็นเหตุให้เราได้กลับคืนดีกับพระเจ้า”^{๑๕}

สรุปได้ว่า พระเยซูคริสต์พระองค์ทรงสอนให้เจริญเมตตาจิตก็เพื่อที่จะให้คนเรานั้นละทิ้งความโกรธ อันเป็นสาเหตุของการจองเวรอันนำไปสู่หายนะต่างๆ และเพื่อให้เกิดความอดทนต่ออุปสรรค และให้เรานั้นได้ตั้งอยู่ในเมตตาทางกาย วาจา และใจ พระองค์ทรงเน้นมากในการให้คนเรานั้นมีความรักต่อกัน ดังพระกิตติคุณของพระเยซูคริสต์ที่นักบุญมัทธิวเรียบเรียงไว้ในบทที่ ๕ ว่า

ท่านทั้งหลายได้ยินคำซึ่งกล่าวไว้ว่าตาแทนตา และฟันแทนฟัน ฝ่ายเรaberอกท่านว่า ก็จงหันแก้มซ้ายให้เขาด้วย ถ้าผู้ใดอยากจะฟ้องศาล เพื่อจะปรับเอาเสื้อของท่านไป ก็จงให้เสื้อคลุมแก่เขาเสียด้วย ถ้าเขาจะขอสิ่งใดจากท่าน ก็จงให้อย่าเมินหน้าจากผู้ที่อยากขอยืมจาก

^{๑๒} กจ. ๙:๕.

^{๑๓} กจ. ๙:๑๘.

^{๑๔} กจ. ๙:๒๐.

^{๑๕} รม. ๕:๑๑.

ท่าน ท่านทั้งหลายได้ยื่นคำซึ่งกล่าวไว้ว่า จงรักคนสนิท จงรักศัตรูของท่าน และจง
อธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน^{๓๖}

๓.๕ บทบาทในฐานะเป็นแบบอย่าง

แบบ หมายถึง สิ่งที่กำหนดให้ถือเป็นหลักหรือเป็นแนวดำเนิน^{๓๗} พระเยซูคริสต์เจ้า
เป็นที่ทราบกันดีสำหรับผู้ที่ศึกษาในประวัติของพระองค์ท่านว่าพระองค์นั้นทรงเป็นตัวแทนของ
ความรัก และแบบอย่างของการใช้วิธีการในการทำลายความชั่ว คือ ความโกรธ ความแค้น
ความอฆาต อันเป็นสาเหตุของการก่อภัยอันตรายต่างๆ กับตนเองและผู้อื่นในการที่จะนำความ
ทุกข์ภัย ทุกข์ใจ มาให้ พระองค์ทรงหวังให้มนุษย์ได้อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข และได้ไปสวน
สวรรค์ในอ้อมกอดของพระเจ้าทุกคนหลังจากได้ตายไปแล้ว และพระองค์ยังทรงเป็นแบบอย่าง
ของการช่วยเหลือผู้ตกทุกข์ได้ประสบความเจ็บไข้ต่างๆ เป็นต้น ดังจดหมายของท่านเปาโลซึ่งมีไป
ถึงชาวเมืองเธสะโลนิกา ฉบับที่ ๒ บทที่ ๒ ไว้ว่า

ดูก่อนพี่น้องทั้งหลาย ผู้เป็นที่รักขององค์พระผู้เป็นเจ้า เราจำต้องขอบพระคุณพระเจ้า
เพราะท่านอยู่เสมอ เพราะว่าพระเจ้าได้ทรงเลือกท่านไว้ตั้งแต่เดิม ให้ถึงที่รอด โดยพระ
วิญญาณทรงชำระท่านให้บริสุทธิ์ และโดยท่านได้เชื่อความจริง พระองค์ได้ทรงเรียกท่าน
ทั้งหลายให้มาถึงที่รอดนั้น โดยทางข่าวประเสริฐของเรา เพื่อจะได้รับศักดิ์ศรีของพระเยซู
คริสต์เจ้าของเรา เหตุฉะนั้นพี่น้องทั้งหลายจงมั่นคงไว้ และยึดถือโอวาทที่ท่านได้เรียนจาก
เรา ไม่ว่าจะด้วยคำพูดหรือด้วยจดหมาย ขอให้องค์พระเยซูคริสต์เจ้าของเรา และพระบิดา
เจ้าของเรา ผู้ทรงรักเราและประทานให้เรา มีความชื่นใจวันรันดร์ และความหวังอันดีโดย
พระคุณ ทรงชูใจและตั้งใจของท่านไว้ให้มั่นคง ในการกระทำและใจวางใจอันดีทุกอย่าง^{๓๘}

กล่าวได้ว่า คำกล่าวขอบคุณและสรรเสริญนั้น บ่งบอกถึงพระเมตตาของพระเยซูคริสต์
ในการมีน้ำพระทัยต่อผู้ที่ตกทุกข์ได้ยาก หมดหนทาง ผู้ที่มีดวงตามืดบอด เพราะฉะนั้นพระองค์
จึงถูกยกย่องให้เป็นบุคคลแบบอย่าง ของตัวแทนแห่งความรัก ของการช่วยเหลือโดยไม่หวังลาภ
สักการะและเป็นแบบอย่างของการใช้วิธีระงับความโกรธด้วยความรัก

^{๓๖} มธ. ๕:๓๘-๔๔.

^{๓๗} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕, หน้า ๔๕๐.

^{๓๘} ๒ โธ. ๒:๑๓-๑๗.

๓.๕.๑ แบบอย่างในด้านการปฏิบัติ

พระเยซูคริสต์ทรงเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ผู้ที่เลื่อมใสในตัวพระองค์ ในการประพฤติหลักแห่งความรักหรือเมตตาธรรมในด้านกาย วาจา และใจ ที่เด่นที่สุด คือ พระองค์ทรงสละความสุขส่วนตัวถึงแม้ว่า การจะช่วยคนบางครั้งนั้น จะนำความทุกข์มาให้พระองค์จากคนที่จ้องจับผิด แต่เพราะพระเมตตาของพระองค์ทรงมีมากล้น ก็ไม่ทำให้พระองค์ท้อแท้ได้ในการช่วยรักษาคนป่วย คนพิการด้วยพระเมตตา ดังพระกิตติคุณของพระเยซูที่นักบุญลูกาเรียบเรียงไว้ว่า

ชายที่มีมือลีบ ในวันสะบาโตอีกวันหนึ่ง พระองค์เสด็จเข้าไปในธรรมศาลาและสั่งสอน ที่นั่นมีชายคนหนึ่งมีมือขาลีบ ฝ่ายพวกธรรมจารย์และพวกฟาริสีคอยดูพระองค์ว่า พระองค์จะทรงรักษาเขาในวันสะบาโตหรือไม่ เพื่อจะหาเหตุฟ้องพระองค์ได้ แต่พระองค์ทรงทราบความคิดของเขา จึงตรัสแก่คนมีมือลีบนั้นว่า "จงลุกขึ้นมายืนอยู่ข้างหน้า" เขาก็ลุกขึ้นยืน แล้วพระเยซูตรัสกับเขาทั้งหลายว่า "เราจะถามท่านทั้งหลายว่า ในวันสะบาโตถูกต้องตามพระราชาบัญญัติทำการดีหรือทำการร้าย จะช่วยชีวิตดีหรือจะผลาญชีวิตเสียดี" พระองค์จึงทอดพระเนตรดูทุกคนโดยรอบ แล้วตรัสกับคนมีมือลีบนั้นว่า "จงเหยียดมือออกเถิด" เขาก็กระทำตาม และมือของเขาก็หายเป็นปกติเหมือนมืออีกข้างหนึ่ง แต่คนเหล่านั้นต่างก็มีความเดือดดาล และปรึกษากันว่าจะกระทำอย่างไรแก่พระเยซูได้^{๗๕}

ข้อความในพระคัมภีร์นั้นเป็นที่ยืนยันได้ว่า ถึงแม้จะมีคนใจบาปหยาบช้าคิดหาช่องความผิดที่จะทำร้าย คือ ปองร้ายพระองค์ต่างๆ นานา แต่พระองค์ก็ไม่หวั่นไหวในอุปสรรคเหล่านั้น ด้วยความรัก ความกรุณาและความมีเมตตาอันเต็มในพระทัย พระองค์จึงสามารถเอาชนะความชั่วเหล่านั้นด้วยการไม่โกรธไม่ถือสา ไม่อาฆาต จนเป็นที่น่าสรรเสริญยิ่งนัก สำหรับผู้ที่ยังไม่เลื่อมใสในกาลต่อมา เป็นต้น

กล่าวได้ว่า พระเยซูคริสต์เจ้า พระองค์ทรงเป็นผู้ทรงไว้ซึ่งพระเมตตาตลอดจนพระชนม์ชีพของพระองค์ๆ ทรงทำให้คนดีและไม่ดี คนยากคนจน คนป่วย คนทะเลาะวิวาทให้กลับเป็นคนที่มีความรู้สึกตัว ความระลึกได้ในที่จะอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ในการสร้างความดีต่อไป เพราะความดีหรือความรักของพระองค์ที่พระองค์ทรงเป็นแบบอย่างในการประพฤติให้เราได้ปฏิบัติตาม ดังคำโมทนาพระคุณของนักบุญเปาโลในเรื่องพระกรุณาว่า

ข้าพเจ้าขอบพระคุณพระเยซูคริสต์...ถึงแม้ว่าเมื่อก่อนนั้นข้าพเจ้าเป็นคนหู่พระเกียรติข่มเหง และทำการหมิ่นประมาทพระองค์ แต่ข้าพเจ้าได้รับพระกรุณา...และพระคุณแห่ง

^{๗๕} ลก. ๖:๖-๑๑.

องค์พระผู้เป็นเจ้าของเรา นั้นมีมากเหลือล้นสำหรับข้าพเจ้า พร้อมด้วยความเชื่อและความรัก ซึ่งมีอยู่ในพระเยซูคริสต์ คำนี้เป็นคำจริงและสมควรที่คนทั้งปวงจะรับไว้ คือว่าพระเยซูคริสต์ได้เสด็จมาในโลกเพื่อจะได้ทรงช่วยคนบาปให้รอด^{๘๐}

๓.๕.๒ แบบอย่างในด้านการสอน

พระเยซูคริสต์เจ้านั้นพระองค์ถือว่าเป็นต้นแบบของการสอนหลักแห่งเมตตา พระองค์ทรงสอนให้คนเรานั้นแสดงความเมตตาทางกาย วาจา และใจ ต่อเพื่อนมนุษย์ร่วมโลก แม้แต่คนที่คิดร้ายเรา เพราะผู้ที่มิหลักแห่งเมตตานี้ จะเป็นผู้ที่ทำให้ตนเองนั้นมีความโกรธ ความโลภ ความอิจฉา เบาบางลง ทรงสอนให้เว้นจากการฆ่ากัน ทรงสอนให้ละเว้นจากการพูดเท็จ พูดคำหยาบต่อพ่อแม่และต่อกัน ทรงสอนให้เว้นจากการไม่คิดโลภอยากได้ของผู้อื่น จะทำสิ่งใดกับผู้อื่นก็ขอให้ทำด้วยความรัก จะพูดสิ่งใดกับผู้อื่นก็ขอให้พูดด้วยความรัก จะคิดสิ่งใดก็ขอให้คิดด้วยความรัก เพราะความรักนี้เป็นสิ่งที่จะนำซึ่งความสงบสุขกับตัวเราและผู้อื่นทำให้โลกใบนี้มีแต่ความร่มเย็น

คำสอนเรื่องหลักแห่งเมตตา ของพระองค์ที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมดังต่อไปนี้

๑. เมตตาทำให้เป็นสุข ดังพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า ครั้นทอดพระเนตรเห็นคนมาก ดังนั้น พระองค์ก็เสด็จขึ้นไปบนภูเขา และเมื่อประทับแล้ว เหล่าสาวกของพระองค์มาเฝ้าพระองค์ และพระองค์ทรงตรัสสอนเขาว่า บุคคลผู้ใดมีใจอ่อนโยน ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้รับแผ่นดินโลกเป็นมรดก บุคคลผู้ใดหิวกระหายความชอบธรรม ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าพระเจ้าจะทรงให้อิ่มบริบูรณ์ บุคคลผู้ใดมีใจกรุณา ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้รับพระกรุณาตอบ บุคคลผู้ใดมีใจบริสุทธิ์ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้เห็นพระเจ้า บุคคลผู้ใดสร้างสันติ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าพระเจ้าจะทรงเรียกเขาว่าเป็นบุตร^{๘๑}

๒. เมตตาทำให้ระงับการอาฆาต ดังพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า

ท่านทั้งหลายได้ยินคำซึ่งกล่าวไว้ว่า “ตาแทนตา และฟันแทนฟัน” ฝ่ายเราบอกท่านว่า อย่าต่อสู้คนชั่ว ถ้าผู้ใดตบแก้มขวาของท่าน ก็จงหันแก้มซ้ายให้เขาด้วย ถ้าผู้ใดอยากจะฟ้องศาลเพื่อจะปรับเอาเสื้อของท่านไป ก็จงให้เสื้อคลุมแก่เขาเสียด้วย ถ้าผู้ใดจะเกณฑ์ท่านให้เดินทางไปหนึ่งกิโลเมตร ก็ให้เลยไปกับเขาถึงสองกิโลเมตร ถ้าเขาจะขอสิ่งใดจากท่านก็จงให้ ก็จงให้อย่างเมตตาหน้าจากผู้ที่อยากขอยืมจากท่าน ท่านทั้งหลายได้ยินคำซึ่งกล่าวไว้ว่า “จงรักคนสนิท และเกลียดชัง

^{๘๐} ทธ. ๑.๑๒-๑๕.

^{๘๑} มธ. ๕:๕-๘.

ศัตรู” ฝ่ายเราบอกท่านว่า จงรักศัตรูของท่าน จงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน ทำดังนี้แล้ว ท่านทั้งหลายจะเป็นบุตรของพระบิดาของท่านผู้ทรงสถิตในสวรรค์^{๘๒}

กล่าวได้ว่า พระเยซูคริสตนั้น พระองค์ได้ทรงสอนให้เจริญเมตตาทางกาย วาจา ใจ ให้เรานั้นแผ่ไปในเหล่าบุคคลที่มีความโกรธ ความทุกข์ ความโศก เมื่อผู้ใดพิจารณาเห็นธรรมแห่งความรักนั้นแล้ว บุคคลผู้นั้นย่อมสมควรที่จะได้รับการสรรเสริญจากบัณฑิตและจากพระผู้เป็นเจ้า ฉะนั้น พระเยซูคริสต์ก็สมควรฉนั้น

จากที่กล่าวมาทั้งหมดสรุปได้ว่า พระเยซูคริสตนั้นพระองค์สมควรได้รับการยกย่องว่าเป็นแบบอย่างของการใช้สันติวิธีในการใช้หลักแห่งความรักแก้ไขปัญหาต่างๆ ของผู้อื่น สมควรอย่างยิ่งที่จะเป็นบุคคลต้นแบบหรือเป็นตัวอย่างของผู้ที่ดำเนินชีวิตในสังคม เพราะฉะนั้น พระองค์ถึงถูกยกย่องว่า เป็นพระผู้ช่วยให้รอด ดังคำกล่าวสรรเสริญที่ปรากฏในพระคัมภีร์โรมว่า “พระผู้ช่วยให้รอดของเรา โดยพระเยซูคริสต์ องค์พระผู้เป็นเจ้าของเราทั้งในอดีตกาล ปัจจุบันกาล และในกาลต่อไปเป็นนิตย์”^{๘๓}

๓.๖ หลักธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อเมตตาธรรม

ปฏิปักษ์ หมายถึง ฝ่ายตรงกันข้าม, ขัดกัน, ศัตรู,^{๘๔} มนุษย์ส่วนใหญ่อาศัยอยู่ด้วยกันในสังคม จะต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันอยู่เสมอ เพราะฉะนั้น ในวิถีชีวิตของคนเราแต่ละวันนั้น จะต้องมีเรื่องราวเกิดขึ้นมากที่เกี่ยวข้องกับตนเองและบุคคลอื่น เราได้เห็นสิ่งต่างๆ ที่ตัวเราและผู้อื่นทำลงไป มีทั้งสิ่งที่ดีบ้าง ไม่ดีบ้าง

การกระทำของผู้อื่นมักก่อความรู้สึกต่างๆ ให้เกิดขึ้นในใจ ถ้าเป็นสิ่งที่เราชอบอารมณ์ของเรารู้สึกในแง่บวก ถ้าเป็นสิ่งที่เราไม่ชอบ อารมณ์ของเราก็รู้สึกในแง่ลบ อารมณ์ในแง่ลบ คือ อารมณ์ที่ไม่ชอบ ไม่พอใจ หรือ “อารมณ์โกรธนั่นเอง” ความไม่ชอบ ไม่พอใจเมื่อเกิดขึ้นแล้ว ความโกรธก็ตามมา ย่อมก่อให้เกิดการทะเลาะ เบาะแว้ง ทำให้เกิด ความเสียหายต่างๆ ทั้งทรัพย์สินและร่างกาย กับตนเองและผู้อื่นหนักสุดก็ถึงกับฆ่ากันตายไปข้างหนึ่ง อย่างเช่นทุกวันนี้ เราจะเห็นในหนังสือพิมพ์หรือในข่าวทีวี เกี่ยวกับคดีอาชญากรรม มีการจ้างฆ่าบ้าง หรือ ไม่

^{๘๒} มธ. ๕:๓๘-๔๕.

^{๘๓} ยค. ๑:๒๔-๒๕.

^{๘๔} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕, หน้า ๔๕๕.

พอใจในผลประโยชน์ เมื่อผลประโยชน์ไม่ลงรอยกันก็ทำให้อีกฝ่ายหนึ่งไม่พอใจคือโกรธนั่นเอง เพราะฉะนั้นคนที่โกรธขึ้นมาแล้วยอมทำให้ขาดความรักต่อกัน มีแต่จะแก้แค้น อาฆาต ประสงค์ร้ายต่อผู้ที่ตัวเองโกรธ จึงถือได้ว่าความโกรธนั้น เป็นสิ่งที่ทำลายความรักของพระเจ้าที่พระองค์ทรงประทานให้มา เป็นต้น

ในทางคริสต์ศาสนานั้น ไม่ได้ระบุไว้โดยตรงถึงสิ่งที่เป็นปฏิบัติของหลักเมตตาธรรม แต่ก็ได้ระบุไว้ว่า คนที่โกรธนั้นมักเป็นคนที่ชอบทำลายผู้อื่นหรือทำลายคำสอนที่สั่งมาของพระเจ้า พระองค์จึงได้ประทานคำสอนไม่ให้มนุษย์ดำรงอยู่ในความโกรธ เพราะผู้ที่ไม่โกรธนั้น จะเป็นผู้ที่ได้รับมรดกจากพระเจ้า ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ภาคพันธสัญญาเก่าไว้ว่า “จงระงับความโกรธ และทิ้งความพิโรธ อย่าให้ของท่านเดือดร้อน มีแต่จะชั่วไป เพราะคนที่กระทำชั่วจะถูกตัดออกไป แต่บรรดาผู้ที่รอคอยพระเจ้าจะได้แผ่นดินตกไปเป็นมรดก”^{๘๕}

ความโกรธนั้น ได้แก่ ความขุ่นเคือง กราดเกรี้ยว อันเกิดแต่จิต ทำจิตให้กำริบ ทำใจให้หงุดหงิดและกระวนกระวาย หากความสงบมิได้ เมื่อเกิดแก่ผู้ใด ย่อมทำความพิวาศให้เกิดขึ้นแก่บุคคลนั้นและแก่ผู้อื่นอีกด้วย ความโกรธเป็นอารมณ์ของผู้มีปัญญาทรม ทำให้เป็นคนกราดเกรี้ยว คุ้ยค้น โหดร้าย ไม่รู้จักประโยชน์ ไม่รู้จักความถูกต้อง ไม่รู้จักความดีความชั่ว ทำความชั่วที่มีโทษมากที่คนธรรมดาทำได้ยากได้อย่างง่ายดาย เช่น ฆ่าผู้อื่นหรือพี่น้องตัวเอง ไม่ละลาบบายหรือแครงกลัวอะไรเลย ผู้ที่มักมีความโกรธนี้พระเยซูคริสต์พระองค์ตรัสว่าจะมีโทษถึงไฟในนรกดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า “ถ้าผู้ใดฆ่าคน ผู้นั้นจะต้องถูกพิพากษาลงโทษ เราบอกท่านทั้งหลายว่า ผู้ใดโกรธพี่น้องของตน ผู้นั้นจะต้องถูกพิพากษาลงโทษ ถ้าผู้ใดจะพูดกับพี่น้องว่า “อ้ายโง่” ผู้นั้นจะต้องถูกนำไปที่ศาลสูงให้พิพากษาลงโทษและผู้ใดจะว่า “อ้ายบ้า” ผู้นั้นจะมีโทษถึงไฟนรก”^{๘๖}

ความโกรธนั้นเป็นสาเหตุของการพยายาม อาฆาต จองเวรต่อกัน คนที่มีความโกรธนั้นเปรียบเสมือนคนที่ตาย ถือแม้ว่าจะมีชีวิตอยู่ แต่ก็เต็มไปด้วยความไม่สงบใจ มีเงินก็เหมือนไม่มี มียศตำแหน่งสูงก็เหมือนไม่มี มีความกระวนกระวายอยู่ตลอด มักจะเป็นคนที่นั่งคิด นอนคิดว่าจะทำอะไรดีกับคนที่ตัวเองไม่ชอบหาวิธีการต่างๆ นานา ในการทำร้ายผู้อื่นดังที่คนใจบาปไม่พอใจในพระเยซูคริสต์ที่พระองค์ทรงช่วยเหลือคน ทรงปลดปล่อยคนให้หายจากความมืดมิดให้หายจากโรคร้ายต่างๆ เป็นต้น ด้วยความอิจฉาจึงโกรธต่อพระองค์ ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ลุดาว่า “ฝ่าย

^{๘๕} สดด. ๓๗:๘-๙.

^{๘๖} มธ. ๕:๒๑-๒๒.

พวกมหาปุโรหิตและพวกธรรมจารย์ ก็มาฟ้องแข็งแรงมาก”^{๘๗} (ฟ้องเจ้าเมือง) ด้วยกล่าวหาว่าพระเยซูคริสต์ว่าพระองค์ผู้ยงพลเมืองให้วุ่นวายดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ลึกว่า “คนนี้อย่างพลเมืองให้วุ่นวาย และสั่งสอนทั่วตลอดยุคเดียว ตั้งแต่กาลีสตีจนถึงที่นี่”^{๘๘}

เนื้อความในพระคัมภีร์คริสตธรรมนี้บ่งบอกให้เห็นว่า คนที่ขาดความรักนั้นมักชอบหาเรื่องใส่ร้ายป้ายสีผู้อื่นอยู่เสมอจะไม่ยอมจนกว่าคนที่ตนเองไม่ชอบจะพินาศ

จึงกล่าวได้ว่าคนโกรธนั้นจัดว่า เป็นพวกอธรรม คือ ไม่มีธรรมหรือความรักอยู่ในใจเลย คนที่มีความโกรธมักเป็นคนที่ขาดความยุติธรรม คือ ขาดความรักต่อเพื่อนมนุษย์ด้วย ในพระคัมภีร์สุภาษิตได้กล่าวว่าคนที่มีความโกรธหรือโมโหเร็วจะถูกเรียกว่าคนโง่ ส่วนคนที่ไม่โกรธจะเป็นคนมีความเข้าใจมาก ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “บุคคลที่โกรธซำก็มีความเข้าใจมาก แต่บุคคลที่โมโหเร็วก็ยกย่องความโง่”^{๘๙}

ดังนั้น ถ้าบุคคลใดขาดความอดทน ก็แสดงว่า บุคคลนั้นขาดความรักคือความรักยังไม่มากพอ ถ้าหัวใจของบุคคลใดเต็มไปด้วยความรัก บุคคลนั้นก็ไม่มีอะไรที่จะมาช่วยยู่ให้เขาโกรธหรือทำให้ใจเขาร้อนได้เลย ตรงกันข้าม คือ เมื่อใจของบุคคลใดเต็มไปด้วยความโกรธ อะไรก็สามารถยู่โมโหบุคคลนั้นได้ทั้งนั้น เมื่อเขาอยู่ได้แรงกดดันจากคนอื่นมากๆ ถ้ามีอะไรไปสะกิดนิดหน่อย ความโกรธ ก็พร้อมที่จะระเบิดขึ้นมาทันที ฉะนั้น จงทำความรักให้เกิดขึ้นในพระเจ้าและตัวเราเพิ่มมากขึ้นจนให้มันเต็มในที่สุด เมื่อวันใดที่ทำความรักให้เต็ม วันนั้นพระเจ้าก็จะแสดงพระองค์ให้เราเห็นในใจเอง

แสดงให้เห็นว่า ความโกรธนั้นมิใช่เพียงแต่จะทำลายความดีต่างๆ ที่บุคคลควรจะมี นำใจให้หมดสิ้นไปเท่านั้น ยังแสดงอำนาจที่สามารถปิดกั้นความสุขที่จะเกิดมีขึ้นในสังคมได้ใจของบุคคลที่ถูกความโกรธครอบงำนั้น ไม่ว่าในขณะใดก็ตาม บุคคลนั้นจะไม่รับฟังเหตุผลใดๆ ทั้งสิ้น แม้แต่พ่อแม่ก็ทำร้ายได้ เป็นจิตที่ไม่มีความรักเลย เป็นจิตใจที่เต็มไปด้วยความชั่ว เพราะความโกรธถือเป็นความชั่ว การจะเอาชนะความชั่วนั้น จะต้องเอาชนะด้วยความรักคือความดี ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า “อย่าให้ความชั่วชนะเราได้ จงชนะความชั่วด้วยความดี”^{๙๐}

^{๘๗} ลก. ๒๓:๑๐.

^{๘๘} ลก. ๒๓:๕.

^{๘๙} สภย. ๑๔:๒๕.

^{๙๐} รม. ๑๒:๒๑.

วิธีบรรเทาความโกรธตามหลักพระคัมภีร์คริสตธรรม

๑. ให้รักพระเจ้าสุดจริงใจ คือ ระลึกรู้ถึงพระเจ้าเนื่องนิത്യเวลาโกรธจะช่วยให้ อารมณ์สงบลงได้

๒. ให้รักในพระเยซูคริสต์ คือ ระลึกรู้เนื่องนิത്യนึกถึงพระเยซูคริสต์เพราะพระองค์ทรง เป็นตัวแทนของความรัก

๒. ให้รักเพื่อนบ้าน คือ ระลึกรู้ถึงเพื่อนบ้านว่า เป็นเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุขในโลก มีความเห็นอก เห็นใจ มองกันในแง่ดี

๓. ให้ช่วยเหลือผู้อื่น คือ ระลึกรู้ถึงคนยากคนจน ว่าเป็นเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุขในโลก ช่วยเหลือ เกื้อกูลซึ่งกันและกัน ไม่คิดทำร้าย อาฆาตต่อกัน

๔. ให้หมั่นสร้างความรักในใจ คือ ระลึกรู้ถึงตัวเองว่าชีวิตเราๆ ก็รัก ชีวิตคนอื่นเขาก็ รักชีวิตตัวเองเหมือนกัน

๕. ให้รักษาพระบัญญัติ คือ ระลึกรู้ถึงบทบัญญัติของพระเจ้าเป็นเจ้าเอาไว้เนื่องนิത്യ

กล่าวได้ว่า วิธีบรรเทาความโกรธนั้น ต้องใช้ความคิดเท่านั้น นั่น คือ จะต้องหมั่นสร้าง ความรัก ให้เกิดขึ้นในใจซะก่อน จึงสามารถที่เอาชนะความโกรธได้ ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ โรมว่า “นอกจากความรักซึ่งมีต่อกัน เพราะว่าผู้ที่รักเพื่อนบ้านก็ได้ปฏิบัติตามธรรมบัญญัติ ครบถ้วนแล้ว พระบัญญัติกล่าวว่า อย่าล่วงประเวณีห้ามเมียเขา อย่าฆ่าคน อย่าลักทรัพย์ อย่าโลก ทั้พระบัญญัติอื่นๆ ก็รวมอยู่ในข้อนี้คือ “ท่านจงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง” ความรักไม่ทำ อันตรายเพื่อนบ้านเลย เหตุฉะนั้น ความรักจึงเป็นการปฏิบัติตามธรรมบัญญัติอย่างครบถ้วน”^{๕๑}

กล่าวสรุปได้ว่า ความโกรธ เป็นปฏิปักษ์ ข้ำศึก ศัตรู ของหลักเมตตาธรรมโดยตรง การที่บุคคลใดระงับความโกรธได้ บุคคลนั้นย่อมอยู่เป็นสุข คือ ไม่อาฆาตต่อใคร ไม่มีใครมา อาฆาต ไม่เศร้าโศก คือ ไม่ต้องทุกข์ออกทุกข์ใจ ร้อนกร้อนใจ และผู้ที่ไม่โกรธนั้นย่อมได้ชื่อว่า ชนะสงครามที่ชนะได้ยาก นั่นก็คือ การเอาชนะกิเลสที่อยู่ในใจ อันเป็นความโกรธแค้นที่เอาชนะ ได้ยากที่สุด พระเยซูคริสต์ พระองค์จึงเอาความรักที่อยู่ในใจมาต่อสู้กับความโกรธ จนทำให้ พระองค์ชนะความโกรธได้ด้วยความรัก ฉะนั้น พระองค์จึงสอนให้คนเรานั้นมีความรักต่อกัน ดังที่ ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า “จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง”^{๕๒} และพระองค์ก็ได้

^{๕๑} โรม. ๑๓:๘-๑๐.

^{๕๒} มธ. ๑๙:๑๙.

สรรเสริญให้บุคคล กำจัดความโกรธด้วยความรัก ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า “จงรักศัตรูของท่าน และจงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน”^{๕๓}

๓.๓ อานุภาพและประโยชน์ของหลักแห่งเมตตา

๓.๓.๑ อานุภาพของหลักแห่งเมตตา

อานุภาพ หมายถึง อำนาจ ฤทธิ์เดช ความยิ่งใหญ่^{๕๔} ในทางคริสตศาสนานั้นเป็นที่ทราบกันในหมู่คริสตศาสนิกชนว่า พระเยซูคริสต์นั้น พระองค์ทรงเน้นมากในเรื่องของหลักแห่งความรักในการเทศนาสั่งสอนผู้คน เพราะพระองค์ทรงเห็นอานุภาพของความรักนั้นว่าเป็นสิ่งที่จะทำให้ผู้คนนั้นอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข มีความเกื้อกูลต่อกัน เป็นต้น เมื่อคนเราหมั่นสั่งสมมากขึ้น ย่อมทำให้เกิดอานุภาพที่คาดไม่ถึง ก่อให้เกิดสิ่งมหัศจรรย์ต่างๆ ได้ จึงกล่าวได้ว่า อานุภาพของหลักเมตตาธรรมนั้นมีมาก ดังตัวอย่างในเรื่องนี้ต่อไปนี้

๑. อานุภาพในการเอาชนะเภทภัย ดังมีปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า เมื่อพระองค์เสด็จลงเรือ พวกสาวกของพระองค์ก็ตามพระองค์ไป คุณเกิด เกิดพายุใหญ่ในทะเลสาบจนคลื่นซัดท่วมเรือ แต่พระองค์บรรทมหลับอยู่ และพวกสาวกได้มาปลุกพระองค์ ทูลว่า “พระองค์เจ้าข้า ขอพระองค์ทรงโปรดช่วยเถิด พวกเรากำลังจะจมนอยู่แล้ว” พระองค์จึงตรัสกับเขาว่า “เหตุใดเจ้าจึงขลาดนัก ช่างมีศรัทธาน้อยเสียจริงๆ” แล้วพระองค์ทรงลุกขึ้นห้ามลมและทะเล คลื่นลมก็สงบเงียบทั่วไป คนเหล่านั้นก็อัศจรรย์ใจพูดกันว่า “ท่านผู้นี้เป็นคนอย่างไรหนอ จนขึ้นลมและทะเลก็เชื่อฟังท่าน”^{๕๕}

กล่าวได้ว่า คนที่มีศรัทธานั้นก็เหมือนกับมีความรักในพระเจ้าสุดจิตใจและมีความรักในเพื่อนบ้าน พระเยซูคริสต์พระองค์ถูกขนานนามว่าเป็นตัวแทนของความรักหรือพระเจ้า ด้วยเหตุนี้พระองค์จึงมีพระเมตตาที่สามารถห้ามเภทภัยได้

๒. อานุภาพในการเอาชนะคนคิดอกตัญญู ดังมีปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า ฝ่ายเปโตรนั่ง อยู่ภายนอกตึกที่ลานบ้าน มีสาวใช้คนหนึ่งมาพูดกับเขาว่า “แกได้อยู่กับเยซูชากาลิลีด้วยเหมือนกัน” แต่เปโตรได้ปฏิเสธต่อหน้าคนทั้งปวงว่า “ที่เจ้าว่า นั้นข้าไม่รู้เรื่อง” เมื่อ เปโตร

^{๕๓} มธ. ๕:๔๓.

^{๕๔}ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕, พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์ปริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๓๕. หน้า ๕๔๑.

^{๕๕} มธ. ๘:๒๓-๒๗.

ได้ออกไปที่ประตูบ้าน สาวใช้อีกคนหนึ่งแลเห็นจึงบอกคนทั้งปวงที่อยู่ที่นั่นว่า “คนนี้ได้อยู่กับเยซู ชวนาซาเรธด้วย” เปโตรจึงปฏิเสธอีกทั้งสาบานว่า “ข้าไม่รู้จักคนนั้น” อีกสักครู่หนึ่งคนทั้งหลายที่ยืนอยู่ใกล้ๆ นั้นก็มาว่าแก่เปโตรว่า “เจ้าเป็นคนหนึ่งในพวกนั้นแน่แล้ว ด้วยว่าสำเนียงของเจ้าสอดคล้องตัวเอง” แล้วเปโตรก็สบถสาบานใหญ่ว่า “ข้าไม่รู้จักคนนั้น” ในทันใดนั้นไก่ก็ขัน เปโตรจึงระลึกถึงคำที่พระเยซูตรัสไว้ว่า “ก่อนไก่ขัน เจ้าจะปฏิเสธเราสามครั้ง” แล้วเปโตรก็ออกไปข้างนอก ร้องให้เป็นทุกข์ยิ่งนัก^{๕๖}

กล่าวได้ว่า ด้วยอาณูภาพพระเมตตาที่พระเยซูคริสต์ทรงมีให้กับเปโตร จูดูกรักสามารถทำให้เขากลับใจต่อท้าย ถึงแม้ว่าพระเยซูคริสต์จะสิ้นพระชนม์ไปแล้วก็ได้อาศัยเปโตรนี้แหละช่วยเผยแผ่ความรักของพระเยซูคริสต์มากพอสมควร จะเห็นได้ว่า ถ้าคนเรานั้นมีความรัก ความเมตตาที่สั่งสมไว้ ถึงแม้จะตายไปแล้ว แต่ก็ยังสามารถทำให้คนที่นึกถึงความรักความเมตตาของผู้นั้น ก็สามารถทำให้เกิดปาฏิหาริย์ ดังที่ลูกบางคนนึกถึงพ่อแม่ตอนมีภัยหรือท้อแท้ ความรัก ความเมตตาของพ่อแม่ก็สามารถช่วยลูกคนนั้นให้หายโศก หายภัยไปด้วย

๓. อาณูภาพในการเอาชนะคนชั่ว ดังมีปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า คราวนั้นเกิดการข่มเหงคริสตจักรครั้งใหญ่ในกรุงเยรูซาเล็ม และศิษย์ทั้งปวง นอกจากพวกอัครทูตได้กระจัดกระจายไปทั่วแคว้นยูเดียกับสะมาเรีย ผู้ที่เกรงกลัวพระเจ้าก็ฝังศพสเทเฟนไว้ แล้วคร่ำครวญอาลัยถึงท่านอย่างยิ่ง ฝ่ายเขาโลพยายามทำลายคริสตจักร โดยเข้าไปจู่ดลากชายหญิงจากทุกบ้านทุกเรือนเอาไปจำไว้ในคุก^{๕๗} ต่อจากนั้น เขาโลยังมุ่งอาฆาตว่าจะฆ่าศิษย์ของพระองค์ จึงไปหามหาปุโรหิต ขอบหนังสือไปยังเมืองดามัสกัส เพื่อว่าถ้าพบผู้ใดที่เกี่ยวข้องไม่ว่าชายหรือหญิง ก็จะได้จับเมื่อเขาโลจะถึงเมืองดามัสกัส ในทันใดนั้นก็มีแสงสว่างส่องมาจากฟ้าล้อมตัวเขาไว้ เขาโลจึงล้มลงบนพื้นดินและได้ยินพระสุรเสียงที่ตรัสแก่เขา ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “เขาโล เขาโลเอ๋ย เจ้าข่มเหงเราทำไม เขาโลจึงทูลถามว่า พระองค์เจ้าข้า พระองค์ทรงเป็นผู้ใด พระองค์ตรัสว่า เราคือเยซู ซึ่งเจ้าข่มเหง”^{๕๘} หลังจากนั้นเขาโลก็ตัวสั่นจึงถามพระองค์ว่า พระองค์ประสงค์จะให้ข้าพระองค์ทำอะไร องค์พระผู้เป็นเจ้าตรัสแก่เขาว่า เจ้าจงเข้าไปในเมืองก็จะมีคนบอกให้รู้เอง แล้วตาของเขาก็มีดลมองไม่เห็นอะไร ผ่านไปสามวันเท่านั้น ไม่ได้กินหรือดื่มน้ำอะไรเลย ในเมืองดามัสกัสมีศิษย์คนหนึ่งชื่ออานาเนีย องค์พระผู้เป็นเจ้าได้ตรัสกับเขาโดยนิมิตว่า อานาเนียเอ๋ย เจ้าจงไปที่ถนนถามหาชายคนหนึ่งซึ่งชื่อว่าเขาโลชาวเมืองทาร์ จงช่วยเขาแล้วตาของเขาจะมองเห็นเป็นปกติ

^{๕๖} มธ. ๒๖:๖๕-๗๕.

^{๕๗} กจ. ๘:๑-๓.

^{๕๘} กจ. ๙:๔-๕.

แต่อานาเนียพูดตอบว่า พระองค์เจ้าข้า ข้าพระองค์ได้ยินมาว่า เขาเป็นคนไม่ดี ได้ทำร้ายวิสุทธิชนของพระองค์ในกรุงเยรูซาเล็มมาก พระองค์ได้ตรัสกับท่านว่า ไปเถิด คนนี้เป็นภษณะที่เราได้เลือกสรรไว้ สำหรับจะนำนามของเราไปยังชนชาติอิสราเอล แล้วอานาเนียก็ไป พบเขาแล้วก็กล่าว ว่า พี่ซาโลเอย์ องค์พระผู้เป็นเจ้าคือพระเยซู ได้ทรงใช้ข้าพเจ้ามาเพื่อท่านจะเห็นได้อีก และในทันใดนั้น ตาของเขาก็กลับมามองเห็นครั้ง แล้วท่านก็กลับเป็นคนดีนับถือในพระเมตตาของพระเยซูคริสต์ ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “ท่านจึงลุกขึ้นรับบัพติศมา ท่านประกาศตามธรรมศาลา กล่าวเรื่องพระคริสต์ว่า พระองค์ทรงเป็นพระบุตรของพระเจ้า”^{๘๘}

กล่าวได้ว่า การแสดงความรักความเมตตาต่อกันนั้น ก็สามารถช่วยให้คนที่หลงผิดกลับใจได้ เพราะการเอาชนะคนที่หลงผิดนั้นต้องใช้ความรักความเมตตาเท่านั้นที่พอจะเอาชนะได้ โดยไม่เสียเลือดเนื้อทั้งสองฝ่าย และเป็นการเอาชนะที่ถาวร ต่างจากการเอาชนะคนอื่นด้วยกำลัง ถึงแม้ว่าจะเอาชนะได้ แต่ก็ต้องผูกใจแค้น คอยหาโอกาสที่จะล้างแค้น การเอาชนะด้วยกำลังจึงเป็นการชนะที่ไม่ถาวร เพราะฉะนั้น ความไม่สงบของจิตใจคนนั้น ควรเอาเมตตาธรรมนี้มาละลายเมื่อใดที่บุคคลเข้าถึงเมตตาธรรม เมื่อนั้นความสงบที่แท้จริงก็จะเกิดขึ้น

๔. อานาญาในการเอาชนะผีร้าย ดังมีปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า ครั้นพระเยซูกับเหล่าสาวกมาถึงฝูงชนแล้ว มีชายคนหนึ่งมาหาพระองค์ ลูกเขาลงทูตว่า พระองค์เจ้าข้า ขอทรงพระเมตตาแก่บุตรชายของข้าพระองค์ ด้วยว่าเขาเป็นโรคลมบ้าหมู มีความทุกข์เวทนามาก เคยตกไฟตกน้ำบ่อยๆ ข้าพระองค์ได้พาเขามาหาพวกสาวกของพระองค์ แต่พวกสาวกนั้นรักษาเขาให้หายไม่ได้ พระเยซูตรัสตอบว่า โอคนในยุคที่ขาดความเชื่อและมีทิวี่ชั่ว เราจะต้องอยู่กับท่านทั้งหลายนานเท่าใด เราจะต้องอดทนเพราะท่านไปถึงไหน จงพาเด็กนั้นมาหาเราที่นี่เถิด พระเยซูจึงตรัสคำทับศัพท์นั้น มันก็ออกจากเขา ทันใดนั้นเด็กก็หายเป็นปกติ^{๘๙}

กล่าวได้ว่า คนที่มีเมตตาอยู่ในตัวนั้น แม้แต่ภูตผี ปีศาจ ก็ไม่สามารถเอาชนะเขาได้จากความเชื่อมั่นในทำความดีของเขา คือ คนเรานั้นถ้าเชื่อในหลักแห่งเมตตายังมั่นคงแล้ว ก็ไม่ต้องกลัวอะไรเพราะหลักเมตตาธรรมนั้น ถือว่าเป็นตัวแทนของความดีทั้งปวง ถึงแม้ว่าคนใจบาปหยาบเข้าสามารถที่จะข่มเหงรังแกผู้นั้น แต่นั่นก็ทำได้แค่ภายนอกคือร่างกายเท่านั้น ไม่สามารถทำร้ายเขาภายในคือจิตใจที่มั่นคงในความเชื่อต่อความดีได้ เพราะฉะนั้น อานาญาของเมตตานี้สามารถป้องกันภูตผี ปีศาจและสามารถเอาชนะภูตผี ปีศาจที่อยู่ใจได้

^{๘๘} กจ. ๕:๑๘-๒๐.

^{๘๙} มธ. ๑๗:๑๔-๑๘.

๕. อานูภาพในการเอาชนะโรคร้าย ดังมีปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า เมื่อพระองค์เสด็จลงมาจากภูเขาแล้ว คนเป็นอันมากได้ติดตามพระองค์ไป ขณะนั้น มีคนโรคเรื้อนมากกราบไหว้พระองค์แล้วทูลว่า พระองค์เจ้าข้า เพียงแต่พระองค์จะโปรด ก็จะทรงบันดาลให้ข้าพระองค์หายโรคได้ พระเยซูทรงยื่นพระหัตถ์ถูกต้องเขา แล้วตรัสว่า เราพอใจแล้ว จงหายเถิด ในทันใดนั้นโรคเรื้อนของเขาก็หาย^{๑๑๑} อีกเรื่องหนึ่ง ครั้นพระเยซูเสด็จไปจากที่นั่น ก็มีคนตาบอดสองคนตามพระองค์มาบอกว่า บุตรดาวิดเจ้าข้า ขอเมตตาข้าพระองค์เถิด และเมื่อพระองค์เสด็จเข้าไปในเรือน คนตาบอดทั้งสองก็เข้ามาหาพระองค์ พระเยซูตรัสถามเขาว่า เจ้าเชื่อหรือว่า เรามีฤทธิ์จะกระทำการนี้ได้ เขาทูลพระองค์ว่า ข้าพระองค์เชื่อ พระเจ้าข้า แล้วพระองค์ทรงถูกต้องนัยน์เขา ตรัสว่า ให้เป็นไปตามความเชื่อของเจ้าเถิด แล้วนัยน์ตาของเขาก็กลับเห็นดี พระเยซูได้ทรงกำชับเขาแข็งแรงว่า จงระวังอย่าบอกผู้ใดให้รู้เลย แต่เมื่อเขาไปจากที่นั่นแล้ว ก็ไปประกาศเรื่องพระองค์ทั่วแคว้นนั้น^{๑๑๒}

กล่าวได้ว่า โรคภัยบางอย่างนั้นเมื่อเกิดขึ้นกับผู้ใดแล้ว ย่อมทำให้บุคคลนั้นท้อแท้ยอมแพ้่อ่อนใจ หมดกำลังใจ เมื่อถึงตอนนั้น โรคภัยย่อมกำเริบมากขึ้น ต่างจากคนที่ไม่สิ้นหวังในความรักในพระเมตตาของเจ้า ถึงแม้ว่าอาจจะไม่หายขาด ดังที่พระเยซูคริสต์พระองค์ทรงมีพระชนม์ชีพก็ตาม แต่เมื่อคนใดถึงนึกพระองค์ บุคคลอาจหายจากความโศกเศร้าได้ ให้ความรู้ที่พระองค์ยังอยู่ในใจเสมอ พระองค์ไม่คอยทอดทิ้งเรา เพราะฉะนั้น จงหมั่นสร้างความรักความเมตตาเอาไว้ให้บริบูรณ์เต็มเปี่ยมในหัวใจตลอดไป

ดังนั้น อานูภาพของหลักแห่งเมตตานี้มีมาก และก็ประเสริฐกว่าการสร้างควมดีอย่างอื่น คือ การทำความดีอย่างอื่น มีการเผาเครื่องบูชาและถวายสิ่งของเป็นต้น พระเยซูคริสต์ทรงเปรียบหลักเมตตาธรรมว่าเป็นสิ่งที่เหนือกว่าการทำเผาบูชา และการถวายสิ่งของทั้งสิ้น ดังพระกิตติคุณของพระเยซูคริสต์ที่นักบุญมารโกเรียบเรียงไว้ว่า “จงรักพระองค์ด้วยสุดจิตใจ สุดความเข้าใจ และสิ้นสุดกำลัง และรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง ก็ประเสริฐกว่าเครื่องเผาบูชาและของถวายทั้งสิ้น เมื่อพระเยซูทรงเห็นแล้วว่าคนนั้นพูดโดยใช้ความคิด จึงตรัสแก่เขาว่า ท่านไม่ไกลจากแผ่นดินของพระเจ้า”^{๑๑๓}

^{๑๑๑} มธ. ๘:๑-๓.

^{๑๑๒} มธ. ๙:๒๗-๓๑.

^{๑๑๓} มก. ๑๒:๓๓-๓๔.

เพราะฉะนั้น ไม่มีหลักธรรมอันใดจะมีอำนาจมากกว่าเมตตาอันใดเลย เมื่อบุคคลใดมีหลักแห่งเมตตาอยู่ในใจ บุคคลนั้นย่อมสร้างความสุขบังเกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่น เมื่อตายไปแล้วย่อมไปอยู่กับพระเจ้า

๓.๗.๒ ประโยชน์ของหลักแห่งเมตตา

ประโยชน์ หมายถึง สิ่งที่มีผลใช้ได้ดีสมกับที่คิดมุ่งหมายไว้, ผลที่ได้ตามต้องการ, สิ่งที่เป็นผลดีหรือเป็นคุณ^{๑๐๔} ในทางพระคริสต์ศาสนานั้นสอนให้เชื่อในพระเจ้า สอนให้รักพระเจ้าสุดจิตใจ สอนให้รักเพื่อนบ้าน ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “จงรักพระองค์ด้วยสุดจิตใจ สุดความเข้าใจ และสิ้นสุดกำลัง และรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง”^{๑๐๕} สอนให้ละความชั่ว คือให้ละความโกรธ ความโลภ ความเห็นผิด ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “อย่าฆ่าคน อย่าล่วงประเวณีผัวเมียเขา อย่าลักทรัพย์ อย่าเป็นพยานเท็จใส่ร้ายเพื่อนบ้าน อย่าโลภภรรยาของเพื่อนบ้าน และอย่าอยากได้บ้านของเพื่อนคือไร่นา ทาส ทาสี วัน ลา หรือสิ่งใดซึ่งเป็นของของเพื่อนบ้าน”^{๑๐๖} เป็นต้น พระเยซูคริสต์พระองค์ได้ตรัสไว้ตอนหนึ่งว่า “เราประสงค์ความเมตตา ไม่ประสงค์เครื่องสัตว์บูชา”^{๑๐๗} นี้ก็หมายถึงให้รู้ว่า พระองค์ยกย่องการมีเมตตาต่อกันนั่นเอง หลักแห่งเมตตาจึงหมายถึงความรักที่บริสุทธิ์ที่ไม่หวังสิ่งตอบแทน จึงถือได้ว่าเป็นหัวใจอันแท้จริงของศาสนา การได้ประพฤติปฏิบัติตามหลักแห่งเมตตานั้นถือได้ว่า บุคคลนั้นมีความเชื่อและรักในพระเจ้าอย่างแท้จริง

ฉะนั้น เมื่อบุคคลใดทำอะไรลงไปแล้วถ้าเป็นความดี บุคคลนั้นย่อมไปอยู่กับพระเจ้า ถ้าทำความชั่วยอมไปสู่นรก จึงกล่าวได้ว่า หลักแห่งเมตตา นั้น เมื่อมีการประพฤติปฏิบัติทำลงไปแล้วย่อมก่อให้เกิดผลประโยชน์ต่างๆ มากมายให้กับตนเอง ผู้อื่น และสังคมโลกดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า

๑. ประโยชน์ในการเข้าถึงสวรรค์ คือ ผู้ที่หมั่นสั่งสมความรักความเมตตา ผู้นั้นจะมีจิตใจที่เบิกบาน เป็นสุข เหมือนประหนึ่งว่าอยู่ในสวนสวรรค์ที่พระเจ้ามอบประทานมาให้ ดังพระคัมภีร์ว่า “บุคคลผู้ใดมีใจกรุณา ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้รับพระกรุณาตอบ บุคคลใดมีใจ

^{๑๐๔} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕, พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์ปริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๓๕. หน้า ๕๐๕

^{๑๐๕} มก. ๑๒:๓๓.

^{๑๐๖} นธป. ๕:๑๓-๒๑.

^{๑๐๗} มธ. ๕:๑๓.

บริสุทธิ์ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้เห็นพระเจ้า บุคคลใดสร้างสันติ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าพระเจ้าจะทรงเรียกเขาว่าเป็นบุตร”^{๑๐๘}

๒. ประโยชน์ในการละความชั่วในจิตใจ คือ ความชั่วมีความโกรธเป็นต้นถือว่าข้าศึกของเมตตา ความโกรธเป็นความชั่วอย่างหนึ่ง เมื่อบุคคลมีเมตตาอยู่ในใจ ความโกรธ คือ ความชั่วก็ไม่มี ดังพระคัมภีร์ว่า “จงรักศัตรูของท่าน และจงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน”^{๑๐๙}

๓. ประโยชน์ในการสร้างความสามัคคี คือ คนเราถ้ามีแต่ความรักให้แก่กัน ความสามัคคีก็เกิดขึ้นได้ เพราะความรักอดทนนาน ไม่ทำให้อิจฉา มีการให้อภัยเสมอ เป็นต้น ฉะนั้นเมตตาจึงเป็นเหตุให้เกิดความสามัคคี ดังความหมายในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า

ความรักนั้นก็อดทนนานและกระทำคุณให้ ความรักไม่อิจฉา ความรักไม่อวดตัว ไม่หยิ่งผยอง ไม่หยาบคาย ไม่คิดเห็นแก่ตนเองฝ่ายเดียว ไม่ฉุนเฉียว ไม่ช่างจดจำความผิด ไม่ชื่นชมยินดีเมื่อมีการประทุพผิต แต่ชื่นชมยินดีเพื่อประทุพผิตชอบ ความรักทนได้ทุกอย่างแม้ความผิดของคนอื่น และเชื่อในส่วนดีของเขาอยู่เสมอ มีความหวังอยู่เสมอ และทนต่อทุกอย่าง^{๑๑๐}

๔. ประโยชน์ในการสร้างความสงบ คือ เมื่อความสามัคคีในหมู่คณะเกิดขึ้นแล้ว ความสงบสุขก็ตามมา เพราะความรักทำให้เกิดการละความชั่ว มีการไม่เห็นแก่ตัว ไม่ทำร้ายซึ่งกันและกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ฉะนั้น เมตตาจึงสร้างความสงบให้กับคนและสังคม ดังความหมายในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า

ความรักนั้นก็อดทนนานและกระทำคุณให้ ความรักไม่อิจฉา ความรักไม่อวดตัว ไม่หยิ่งผยอง ไม่หยาบคาย ไม่คิดเห็นแก่ตนเองฝ่ายเดียว ไม่ฉุนเฉียว ไม่ช่างจดจำความผิด ไม่ชื่นชมยินดีเมื่อมีการประทุพผิต แต่ชื่นชมยินดีเพื่อประทุพผิตชอบ ความรักทนได้ทุกอย่างแม้ความผิดของคนอื่น และเชื่อในส่วนดีของเขาอยู่เสมอ และมีความหวังอยู่เสมอ และทนต่อทุกอย่าง^{๑๑๑}

สรุปได้ว่า หลักแห่งเมตตาดี เป็นหลักธรรมะในการสร้างประโยชน์สุขกับตัวเราและผู้อื่นอย่างแท้จริง การใช้กำลังนั้นถึงแม้ว่าจะสร้างความสงบได้และรวดเร็วบางครั้ง แต่นั่นไม่ถาวร เมื่อฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งอาจจะยอม แต่เมื่อเขามีกำลังมากขึ้นก็อาจจะกลับมาแก้แค้น วนเวียนกันอยู่อย่าง

^{๑๐๘} มธ. ๕:๗-๘.

^{๑๐๙} มธ. ๕:๔๔.

^{๑๑๐} กิร. ๑๓:๔-๗.

^{๑๑๑} กิร. ๑๓:๔-๗.

นี้ไม่สิ้นสุด แต่การใช้หลักแห่งเมตตาแก้ปัญหา ถึงแม้ว่าจะช้าและกินาน แต่ผลสำเร็จนั้น มั่นคงถาวร เพราะฉะนั้น ประโยชน์ของเมตตานี้มีมาก สรุปได้ดังนี้ ๑. ทำให้เกิดการอดทนต่ออุปสรรคต่างๆ ได้ ๒. ทำให้เกิดการไม่เห็นแก่ตัว ๓. ทำให้เกิดการไม่ทะเลาะวิวาทกัน ๔. ทำให้เกิดการให้อภัยกัน ๕. ทำให้เกิดการทำความดี ๖. ทำให้เกิดความสามัคคี ๗. ทำให้เกิดความสงบ ๘. ทำให้เกิดแสงสว่างในชีวิต ๙. ทำให้ได้ไปอยู่กับพระเจ้า

ผู้ที่หวังความสุข ความเจริญ ความสงบ กับตนเองและผู้อื่น จึงควรอย่างยิ่งที่ควรแผ่ความรักความเมตตาต่อกัน สร้างหลักแห่งเมตตาไว้ในใจ ด้วยการปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ และจริงจัง เพราะความรักนี้ใหญ่ที่สุดสำคัญที่สุด ดังที่ปรากฏในจดหมายของนักบุญเปาโลซึ่งมีไปถึงชาวโครินธ์ฉบับที่ ๑ บทที่ ๑๓ ว่า

ความรักไม่มีวันสูญสิ้น แม้การเผยพระวจนะก็จะเสื่อมสูญไป แม้การพูดภาษาแปลกๆ นั้นก็จะมีเวลาเลิกกัน แม้วิชาความรู้ก็จะเสื่อมสูญไป เพราะความรู้ของเรานั้นไม่สมบูรณ์ และการเผยพระวจนะนั้นก็ไม่สมบูรณ์ แต่เมื่อความสมบูรณ์มาถึงแล้ว ความบกพร่องนั้นก็ จะสูญไป เมื่อข้าพเจ้ายังเป็นเด็ก ข้าพเจ้าพูดอย่างเด็ก คิดอย่างเด็ก โกรธครวญหาเหตุผลอย่างเด็ก แต่เมื่อข้าพเจ้าเป็นผู้ใหญ่ ข้าพเจ้าก็เลิกอาการเด็กเสีย เพราะว่าบัดนี้เราเห็นสลัวๆ เหมือนคูในกระจก แต่เวลานั้นจะได้เห็นพระพักตร์ชัดเจน เดียวนี้ความรู้ของข้าพเจ้าไม่สมบูรณ์ เวลานั้นข้าพเจ้าจะรู้แจ้งเหมือนพระองค์ทรงรู้จักข้าพเจ้า ดังนั้น ยังตั้งอยู่สามสิ่ง คือ ความเชื่อ ความหวังใจ ความรัก แต่ความรักใหญ่ที่สุด^{๑๑๒}

ประเด็นปัญหาประโยชน์ของหลักแห่งเมตตา

คนที่มิหลักแห่งเมตตานี้ ย่อมได้รับผลตอบแทนแม้จะไม่ได้มุ่งหวัง แต่บางครั้งเรามักจะเห็นคนดีคนที่มีเมตตาต้องถูกข่มเหงรังแกจากคนชั่ว แต่นั่นถึงว่าเป็นบททดสอบของพระเจ้า ถ้าเรามีความเชื่อในความรักของพระเจ้าเราก็ไม่ต้องกลัวอะไร คนบางคนเป็นพวกใจหายขี้ขลาดในสันดาน คนประเภทนี้จัดว่าอยู่ในพวกชาตาน ถึงอย่างไรก็ตาม ความดีนั้นย่อมชนะความชั่วเสมอ ดังพระเยซูคริสต์ทรงเอาชนะความชั่วทั้งหลายด้วยพระเมตตา ถึงแม้ว่าพระองค์จะไม่มีชีวิตแล้วก็ตาม แต่ความดี ความรักที่พระองค์ทรงมอบให้มาก็ยังมีจนตราบเท่าทุกวันนี้

^{๑๑๒} กอ. ๑๓:๘-๑๓.

๓.๘ การใช้หลักแห่งเมตตาและวิธีการแสดงความเมตตา

๓.๘.๑ การใช้หลักแห่งเมตตาและการแสดงความเมตตา

การใช้หลักแห่งเมตตาและวิธีการแสดงความเมตตานั้น พระเยซูคริสต์พระองค์ได้สอนให้ทุกคนตั้งอยู่ในความรักเป็นหลัก นั่นก็คือ การประพฤติตามข้อบัญญัติที่พระเจ้าทรงประทานมาให้ โดยการแสดงความรักต่อพระเจ้าและต่อกัน ให้ความนับถือ สงเคราะห์กันและกัน ไม่ทะเลาะกัน ทำความสามัคคีเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันให้เกิดมีขึ้น เป็นต้น ฉะนั้นพระเยซูคริสต์จึงได้ทรงตรัสสอนให้คนเราอยู่ร่วมกันด้วยความรัก พระองค์จึงแสดงวิธีการใช้และวิธีการแสดงความรัก ๓ ประการ ดังที่ปรากฏพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า

๑. มีเมตตาทางกายต่อกัน คือ จงให้เกียรติแก่บิดามารดาของตน อย่าฆ่าคน อย่าลักทรัพย์ อย่าล่วงประเวณีผิวเมียเขา จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง^{๑๑๓}

๒. มีเมตตาทางวาจาต่อกัน คือ อย่าเป็นพยานเท็จ จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตัวเอง^{๑๑๔} อย่ากล่าวโทษเขา^{๑๑๕} อย่าเสียด่าสาปแช่ง^{๑๑๖}

๓. มีเมตตาทางใจต่อกัน คือ จงให้เกียรติแก่บิดามารดาของตน จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง^{๑๑๗} จงรักศัตรูของท่าน^{๑๑๘} อย่าโลภภรรยาของเพื่อนบ้าน และอย่าอยากได้บ้านของเพื่อนคือ ไร่นา ทาส ทาสี วัว ลา หรือสิ่งใดๆ ซึ่งเป็นของของเพื่อนบ้าน^{๑๑๙}

การใช้หลักแห่งเมตตาทางกาย ทางวาจา และทางใจ พระเยซูคริสต์องค์ทรงสอนให้ปฏิบัติตามกฎข้อบัญญัติต่างๆ โดยมีความรักเป็นตัวหลัก ดังที่พระองค์ตรัสไว้ว่า

จงรักพระองค์ผู้เป็นพระเจ้าของเจ้าด้วยสุดจิตใจของเจ้า และด้วยสิ้นสุดความนึกของเจ้า นั่นแหละเป็นพระบัญญัติข้อใหญ่ และข้อต้น ข้อที่สองก็เหมือนกัน คือ จงรักเพื่อนบ้าน

^{๑๑๓} มธ. ๑๕:๑๘.

^{๑๑๔} มธ. ๑๕:๑๘.

^{๑๑๕} มธ. ๗:๑.

^{๑๑๖} มธ. ๕:๓๓.

^{๑๑๗} มธ. ๑๕:๑๘.

^{๑๑๘} มธ. ๕:๔๔.

^{๑๑๙} มธ. ๕:๒๑.

เหมือนรักตนเอง ธรรมเนียมปฏิบัติและคำของผู้เผยพระวจนะทั้งสิ้น ก็ขึ้นอยู่กับพระบัญญัติสองข้อ^{๑๒๐}

การแสดงออกทั้ง ๓ อย่างนั้น ต้องแสดงออกมาด้วยความรักความจริงใจต่อกัน อันได้แก่ ๑. การเคารพผู้ที่มีพระคุณทั้งหลาย มีพระเจ้า มีพ่อแม่ มีครูบาอาจารย์ มีเพื่อนบ้านและมิตรสหายทั้งหลาย ด้วยการเว้นจากการฆ่าผู้อื่น การทำร้ายผู้มีอุปการะ การพุดจาไม่ไพเราะ หยาบคาย การว่าร้ายผู้อื่น การคิดทำร้าย การโลภในสิ่งที่ไม่ใช่ของตัวเอง และการช่วยเหลือผู้อื่น มีเพื่อนบ้าน เป็นต้น

นี่เป็นวิธีการใช้และแสดงหลักแห่งเมตตาที่พระเยซูคริสต์ทรงสอนให้เรานั้นใช้เมตตาทางกาย ทางวาจา ทางใจ ต่อตัวเรา และผู้อื่น ทรงเน้นให้เว้นจากการทำความชั่วทางกาย เว้นจากการทำความชั่วทางวาจา เว้นจากการทำความชั่วทางใจ เมื่อบุคคลใดไม่ทำความชั่วทั้ง ๓ ทางนี้ บุคคลนั้นย่อมถือว่ามีความรักต่อพระเจ้าและต่อเพื่อนบ้าน

จะเห็นได้ว่า คนส่วนใหญ่แล้วคิดว่าการใช้หรือแสดงเมตตาธรรมนั้นจะต้องสวด จะต้องขอพรหรืออ้อนวอนต่างๆ แท้ที่จริงไม่ใช่เลย การสวดมนต์ การอ้อนวอนนั้นถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของการทำความดีเท่านั้น แต่แท้ที่จริงแล้วการใช้หรือการแสดงเมตตาธรรมนั้นขึ้นอยู่กับประพฤติปฏิบัติโดยมีความรักเป็นแกน จึงกล่าวได้ว่า พระองค์ทรงประสงค์ให้เราใช้เมตตา ไม่ใช่ใช้อื่น ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “เราประสงค์ความเมตตา ไม่ประสงค์เครื่องสัตว์บูชา”^{๑๒๑} เพราะฉะนั้น การปฏิบัตินี้ถือเป็นการใช้หลักเมตตาธรรมที่ถูกต้องอย่างแท้จริง

กล่าวสรุปได้ว่า วิธีการใช้หลักแห่งเมตตาและการแสดงความเมตตานั้น พระเยซูคริสต์ทรงสอนให้ตั้งมั่นอยู่ในความรักในพระเจ้าอย่างสุดจิตใจความคิดของเรา อันเป็นสิ่งสำคัญอันดับแรกและต่อมาให้เราเริ่มความรักเพื่อนบ้านทุกคน ไม่ว่าเราชอบหรือไม่ชอบให้เหมือนกับที่ตัวเรารักตนเอง”^{๑๒๒}

๓.๘.๒ การแสดงเมตตาทางจิต

การแสดงเมตตาทางจิต หมายถึง การตั้งจิตอธิษฐานของให้ผู้อื่นที่อยู่ห่างไกล ให้เขามีความสุข ปลอดภัยจากสิ่งอันตรายต่างๆ เป็นการอธิษฐานของพรจากพระเจ้าเป็นผู้เป็นเจ้า ให้พระองค์ช่วยคุ้มครอง ปกป้องรักษาคนที่เรารัก และเพื่อนร่วมโลก เป็นต้น ในทางคริสตศาสนานี้การแผ่เมตตา

^{๑๒๐} มธ. ๒๒:๓๗-๔๐.

^{๑๒๑} มธ. ๕:๑๓.

^{๑๒๒} มธ. ๒๒:๓๗-๔๐.

ทางจิตนั้น เป็นที่ปรากฏว่าพระเยซูคริสต์นั้น พระองค์ทรงสอนให้เรามีเมตตาจิตที่ดีกับคนที่ไม่ดีทั้งหลาย ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “จงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน”^{๑๒๓} คำว่า “อธิษฐานนั้น” หมายถึง การปรารถนาความสุข ความเจริญแก่คนที่เป็นคนดีและคนไม่ดี กล่าวโดยรวมว่าเป็นการตั้งจิตให้เป็นบุญกุศล โดยการขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายอย่าได้มีความทุกข์จึงมีแต่ความสุขนั่นเอง เป็นต้น

สรุปได้ว่า “วิธีการใช้และการแสดงเมตตาทางจิตนั้น” พระเยซูคริสต์เจ้า สอนให้รู้ว่าการมีความรักในพระเจ้า การมีความรักกับผู้มีบุญคุณทั้งหลาย การมีความรักในเพื่อนบ้าน การให้ความรักกับผู้อื่น โดยการแสดงออกมาเป็นรูปธรรมทางกาย ทางวาจา ทางใจ ฉันทิ การใช้และแสดงเมตตา นั้น จุดประสงค์ของพระเยซูคริสต์ก็เพื่อให้เกิดความสงบกาย สงบใจ ให้เกิดมีขึ้นกับทุกคนบนโลกนี้ ฉันทิ

บทที่ ๔

วิเคราะห์หลักเมตตาธรรมในการเสริมสร้างสันติภาพของพระพุทธศาสนากับคริสตศาสนา

๔.๑ ข้อกำหนดการวิเคราะห์

เนื่องจากการวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงวิเคราะห์ “หลักเมตตาธรรม” ในคัมภีร์พระพุทธศาสนากับพระคัมภีร์คริสตธรรมในการหาจุดร่วมเพื่อเสริมสร้างสันติภาพต่อคนบุคคลและสังคม

ถ้าพูดถึงการเสริมสร้างสันติภาพนั้น หลักธรรมที่ดีที่สุด ก็คือ การมีเมตตาธรรมต่อกัน การเสริมสร้างสันติภาพในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ทรงเน้นให้เราแผ่ความรักและเจริญความรักในสัตว์ทั้งหลาย ด้วยจิตเสมอกันในสัตว์ทั้งปวงในที่ทั้งปวง โดยสอนให้คนเรานั้นละกิเลสตัณหาต่างๆ อันรุ่มร้อนอยู่ในตัวเรา ได้แก่ ความโลภ ความมีโทสะและความมีปัญญาที่มีบอด หลงงมงายอันเป็นสาเหตุของการทำอกุศลกรรมบถทั้งหลาย ทางกาย ทางวาจา และทางใจ ๑๐ ประการ คือ “๑. ปาณาติปาตา ๒. อทินนาทาน ๓. กามเมสุมิฉฉาจาร ๔. มุสาวาทา ๕. ปิสุณวาจา ๖. ผรุสวาจา ๗. สัมผัสป์ปลาปะ ๘. อภิขมา ๙. พยาบาท ๑๐. มิจฉาทิฏฐิ”^๑ ความชั่วเหล่านี้เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมทำให้จิตขาดเมตตา จึงเป็นเหตุให้สรรพสัตว์อยู่ไม่สงบ ฉะนั้นพระพุทธเจ้าจึงใช้เมตตาธรรมมากำจัดกิเลสตัณหาทั้ง ๓ ประการนี้ คือ ช่วยชำระล้างความมีทิฏฐิและมานะในทางที่ผิด เมื่อนุญษ์ละกิเลส ๓ ประการนี้ได้แล้ว การมีเมตตาธรรมต่อกันก็เกิดขึ้นกับบุคคลและสังคมสันติภาพจะเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ

ส่วนการเสริมสร้างสันติภาพในคริสตศาสนา พระเยซูคริสต์ทรงสอนให้คนเรานั้นมีความรักต่อพระเจ้าและต่อเพื่อนบ้าน โดยมีความรักของพระเจ้าเป็นแบบอย่าง คือ ต้องทำจิตใจของเราให้บริสุทธิ์ในพระเจ้าและในเพื่อนมนุษย์ เมื่อมีความรักในจิตใจแล้ว ความชั่วทั้งหลาย มีการเห็นแก่ตัว อารมณ์โกรธ ความหยาบคาย เป็นต้น ก็จะไม่เกิดขึ้นในจิตใจตนเอง ดังใจความของความรักในจดหมายของนักบุญเปาโลซึ่งมีไปถึงถึงชาวโครินธ์ฉบับที่ ๑ บทที่ ๑๓ ว่า” ความรักนั้นก็อดทนนานและกระทำคุณให้ ความรักไม่อิจฉา ไม่อวดตัว ไม่หยิ่งผยอง ไม่หยาบคาย ไม่คิดเห็นแก่ตนเองฝ่ายเดียว ไม่ฉุนเฉียว ไม่ช่างจดจำความผิด ไม่ชื่นชมยินดีเมื่อมีการประพฤติผิด

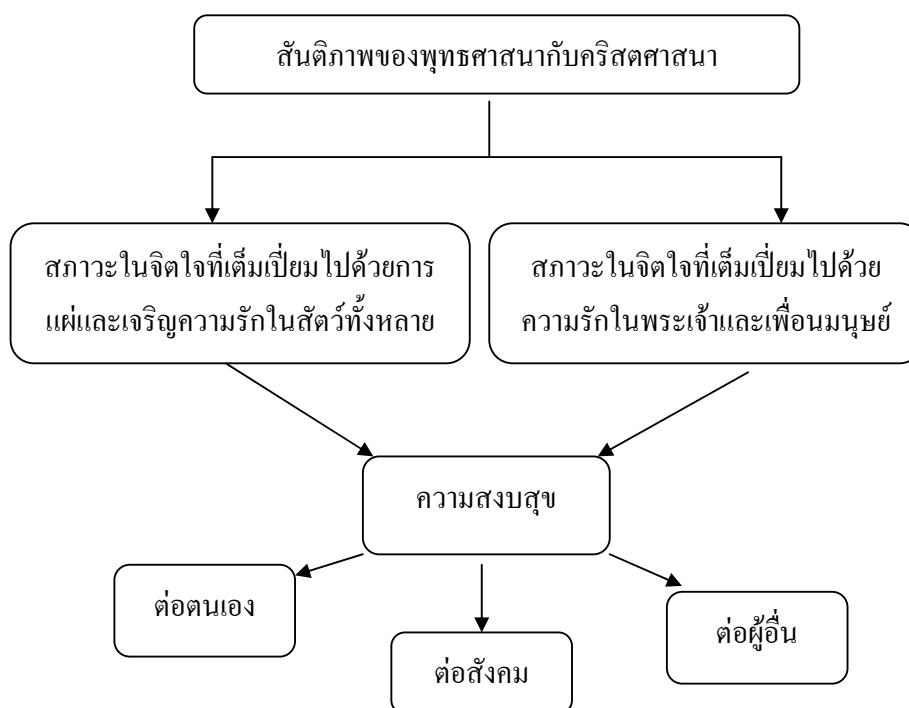
^๑ ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๔๓/๓๖๒; ดูเทียบ อก.ทสก. (แปล) ๒๔/๑๓๘/๓๐๐.

แต่ชื่นชมยินดีเมื่อประพาศชอบ ความรักทนได้ทุกอย่างแม้ความผิดของคนอื่น และเชื่อในส่วนดีของเขาอยู่เสมอและมีความหวังอยู่เสมอ และทนต่อทุกอย่าง”^๒ จะเห็นว่าหลักความรักหรือเมตตาธรรมนั้นถือว่าเป็นหัวใจของการทำความดีทั้งปวงอันนำไปสู่การเสริมสร้างสันติภาพ

ในการวิจัยเชิงวิเคราะห์หลักเมตตาธรรมนี้ กล่าวสรุปทั้งสองศาสนานั้นได้ว่า การเสริมสร้างสันติภาพตามหลักเมตตาธรรมในพระพุทธศาสนา หมายถึง “การสร้างสภาวะในจิตใจที่เต็มเปี่ยมไปด้วยการแผ่และเจริญความรักในสัตว์ทั้งหลายทั้งปวง” และในศาสนาคริสต์ หมายถึง “การสร้างสภาวะในจิตใจที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความรักในพระเจ้าและเพื่อนมนุษย์”

จากที่ศึกษามาทั้งหมดนั้นสามารถอธิบายการนำหลักเมตตาธรรมมาประยุกต์และบูรณาการในการเสริมสร้างสันติภาพในด้านต่างๆ ไปตามลำดับผังแผนภูมिนี้

แผนภูมิในการเสริมสร้างสันติภาพ



^๒ ๑คริ. ๑๓:๔-๗.

๔.๒ หลักเมตตาธรรมในการเสริมสร้างสันติภาพต่อตนเอง

๔.๒.๑ ด้านการช่วยพัฒนาจิตใจ

จิตใจนั้นถือว่าเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในการเสริมสร้างสันติภาพให้กับตนเอง คนเรานั้นถ้าตนเองเป็นผู้มีจิตใจที่มีขอบอกจากความดีทั้งหลายแล้ว ความสงบสุข ความเจริญต่างๆ ก็ไม่สามารถเกิดขึ้นกับตัวเองได้ จิตใจนั้นจึงสมควรอย่างยิ่งที่จะเสริมสร้างให้เป็นจิตใจที่ทนต่อความชั่วทั้งหลายอันจะนำไปสู่ความเจริญต่างๆ ในชีวิตของเรา ฉะนั้น “เมตตาธรรม” นั้นจึงมีบทบาทอย่างมากในการเสริมสร้างจิตใจให้มีความสงบดังต่อไปนี้

ในทางพระพุทธศาสนา การให้ความรักแก่สัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวงมีการปล่อยนก ปล่อยปลา ช่วยเหลือคนยากคนจน เป็นต้น ทำบ่อยๆ เข้าจะทำให้ผู้นั้นมี “จิตใจผ่องใส” ระลึกครั้งใดก็ย่อมมีความสุขทำให้จิตใจเบิกบานนำไปสู่การมี “จิตใจอ่อนโยน” ดังจิตใจอ่อนโยนของพระพุทธเจ้าที่พระองค์ทรงมีเมตตาต่อมวลมนุษยย์ในการชี้แนะให้เห็นแจ้งทางสว่างจิตของผู้มีเมตตาจะแข็งแกร่งทนต่อความโกรธ ความแค้นได้เหมือนพระพุทธเจ้าที่พระองค์ไม่ทรงโกรธแค้นคนใจบาปมีพระเทวทัต เป็นต้น เมื่อคนเรา รู้จักปล่อยวาง รู้จักให้อภัยจะทำให้ผู้นั้นเป็นคนมี “จิตใจกตัญญู” คือเป็นคนคตินั้นเอง กล่าวคือ ๑. ทำให้จิตเราผ่องใส ๒. ทำให้จิตเราอ่อนโยน ๓. ทำให้จิตเราแข็งแรง ๔. ทำให้จิตเรามีความกตัญญู

กล่าวได้ว่า บุคคลใดจิตเมตตาเสมอกันในสัตว์ทั้งหลายในที่ทั้งปวง จะพูดหรือจะทำอะไร ก็สร้างความสงบสุขต่อตนเอง ต่อผู้อื่นและสัตว์โดยทางตรงและทางอ้อม เมื่อเรามีเมตตาจิตอยู่ในตัวแล้ว ก็เหมือนกับเงาที่ติดตัวเราไปตลอด ไม่ว่าจะไปที่ไหน ไกลหรือใกล้ อยู่ที่ไหนก็ติดตัวเราไปตลอดชีวิต เพราะเมตตาธรรมเปรียบเสมือนสิ่งที่สร้างความสุขให้กับตัวเราและผู้อื่น ดังพระพุทธทวจนะว่า

ถ้าคนมีใจดี ก็จะถูกดีหรือทำดีตามไปด้วย
เพราะความคตินั้น สุขย่อมติดตามเขาไป
เหมือนเงาติดตามตัวเขาไป ฉะนั้น^๓

แต่คนบางคนนั้น มีนิสัยหยาบคาย ชั่วช้า ไม่มีความกตัญญูกตเวที ชอบทำความชั่วต่างๆ มีการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต คิดอกุศล บ่งบอกถึงการขาดการพัฒนาด้านจิตใจแสดงให้เห็นถึง

^๓ พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒/๒๔; มนสา เจ ปสนุนเนน ภาสติ วา กรโรติ วาโต นั สุขมนเวติ ฉายาว อุน ปายินี; พุ.ธ. (บาลี) ๒๕/๒/๑๕.

ความสำคัญของชีวิตต่างๆ ต่างจากคนที่มีการพัฒนาจิตใจของตนเองบนฐานการมีเมตตาที่นั่นเขาจะเห็นสัตว์ทุกชีวิตมีคุณค่าเท่ากัน คือ เห็นว่าตัวเราเองรักความสุข เกลียดทุกข์ ฉันทิ สัตว์ทั้งหลายอื่น ก็รักความสุข เกลียดทุกข์ ฉันทิ เหมือนกัน ดังมีพระบาลีว่า

สพฺเพ ตสฺนติ ทณฺหาสุสฺส สพฺเพสฺสึ ชีวิตํ ปิยํ
 อุตฺตํ อูปมํ กตฺวา น หนฺนฺย น ฆาตฺย
 สัตว์ทุกประเภท ย่อมสะดุ้งกลัวโทษทัณฑ์
 สัตว์ทุกประเภท ย่อมรักชีวิต
 บุคคลนำตนเข้าไปเปรียบเทียบกับแล้ว
 ไม่ควรฆ่าเอง ไม่ควรใช้ให้คนอื่นฆ่า^๔

พุทธวจนะนี้พระพุทธเจ้าเน้นให้รู้ว่า การมีเมตตาที่นั่นทำให้จิตใจของคนเรามองเห็นคุณค่าของการมีชีวิตของตนเองและผู้อื่น ดังมีชาดกเรื่องหนึ่งความโดยสังเขปมีดังนี้ ภัทษุณูกเทวดาหลอกหลอนแสดงความน่ากลัวต่างๆ ทำให้ภิกษุอยู่ไม่ได้ กลับไปบอกพระพุทธเจ้า แล้วพระองค์ก็ได้ให้ภิกษุเหล่านั้นพัฒนาจิตใจของตัวเองให้มีเมตตาต่อเทวดา ด้วยการแผ่จิตที่ดีงามของตนเองให้เหล่าเทวดารู้ว่าเราไม่ได้คิดร้ายเขา ทำให้เทวดาเหล่านั้นกลับเป็นมิตร ดังใจความย่อในกรณีเมตตสูตรตอนหนึ่งว่า

เมตฺตตณฺจ สพฺพโลกสฺมึ มานสมฺภวเย อปริมาณํ
 อุกฺกั อโห จ ติริยณฺจ อสมฺพาทิ อเวริ อสฺปตฺติ
 อนึ่ง ควรแผ่เมตตาจิตอย่างไม่มีประมาณ
 กว้างขวาง ไม่มีศัตรูไปยังสัตว์โลกทั่วทั้งหมด
 ทั้งชั้นบน ชั้นล่าง และชั้นกลาง^๕

กล่าวได้ว่า การที่คนเรานั้นไม่คิดจองเวรต่อใคร คิดแต่จะให้เกิดความสุขแก่ผู้อื่น นี่คือหลักเมตตาธรรมที่พัฒนาให้จิตใจของคนเรานั้นมองสันติภาพออกกว่าเป็นอย่างไร

จากข้อความนั้น กล่าวได้ว่า การทำจิตใจของเราให้รักสัตว์ทั้งหลายด้วยจิตเสมอกันในที่ที่ทั้งปวง เหมือนกับรักตนเองนั้น จะเกิดได้ต่อเมื่อคนเรามีจิตเมตตาต่อตนเอง ด้วยคิดว่า ตนเองเกลียดความทุกข์ ชอบความสุข ฉันทิ สัตว์อื่นก็รักสุข เกลียดทุกข์ ฉันทิ ความมีเมตตาในจิตใจจึงพัฒนาให้คนเรานั้นมีจิตใจที่ผ่องใส อ่อนโยน แข็งแรง และกตัญญู อย่างนี้แล้ว ก็จะมี

^๔ พ.ธ. (บาลี) ๒๕/๑๓๐/๔๐, พ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๓๐/๗๒.

^๕ พ.พ. (บาลี) ๒๕/๘/๑๔, พ.ธ. (ไทย) ๒๕/๘/๒๒.

นำไปสู่การเสริมสร้างให้เกิดสันติภาพกับตัวเองและผู้อื่น ดังจิตใจอันบริสุทธิ์ของพระพุทธเจ้า ดังนั้น หลักเมตตาธรรมในพระพุทธศาสนานั้น จึงเสริมสร้างพัฒนาให้จิตใจงาม มองสัตว์ทุกประเภทว่า มีคุณค่าเท่ากับชีวิตของตนเอง

ในทางคริสตศาสนา พระเยซูคริสต์อยากให้คนเรานั้นมีความรักในพระเจ้าและเพื่อนบ้าน มอบความรักให้แก่กัน เพื่อที่จะทำให้จิตใจของเรานั้นรู้จักให้อภัย การที่จะทำให้คนเรานั้นมอบความรักให้แก่กันโดยไม่หวังสิ่งตอบแทนนั้นเป็นเรื่องที่ยาก พระองค์จึงได้ใช้หลักแห่งเมตตา มาพัฒนาจิตใจให้เห็นความสงบที่แท้จริงในตนเอง เปรียบเหมือนการหว่านพืชในดินที่ดี ย่อมทำให้พืชเจริญเติบโตดี กล่าวคือ ๑. ทำให้จิตใจเรามีแต่ความรักในพระเจ้า ๒. ทำให้จิตใจเราดีต่อเพื่อนบ้าน ๓. ทำให้จิตใจมีแต่การให้อภัย ดังพระคำสอนต่อไปนี้

พระคำสอนว่า “จงรักพระองค์ผู้เป็นพระเจ้าของเจ้าด้วยสุดใจสุดจิตของเจ้า”^๖ นี้ บอกได้ว่า จิตของคนมีเมตตานี้จะรู้สึกยำเกรงผู้ที่ควรเคารพนอบน้อม คือ ทำให้จิตใจนั้นมีความกตัญญูต่อผู้มีคุณ มีมารดาบิดา เป็นต้น อันนำไปสู่การรู้สึกซาบซึ้งและสัมผัสได้ถึงพระเจ้า จึงกล่าวได้ว่า การเอาพระเจ้ามาใส่ในจิตใจของตัวเราก็เหมือนกันการพัฒนาจิตใจให้รู้จักความรักที่ถูกต้องนั่นเอง

พระคำสอนว่า “จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง”^๗ นี้ บอกได้ว่า การอยู่ร่วมกับคนข้างเคียงนั้น ต้องตั้งจิตเมตตาต่อกันไว้ก่อน บางครั้งอาจจะมีความไม่พอใจกันบ้าง ถ้าไม่มีการพัฒนาจิตใจให้มีเมตตาต่อกันก็จะอยู่ร่วมกันไม่สงบ กล่าวคือ พระองค์อยากให้คนเรานั้นรู้ว่า เรา รักชีวิตของตนเอง ตนเองนั้นไม่ชอบความทุกข์ ฉันทิ คนอื่นนั้นก็ไม่นชอบความทุกข์ ฉันทิ เพราะเหตุนี้ เราควรรักเพื่อนบ้าน เหมือนกับรักตนเอง จึงกล่าวได้ว่า การพัฒนาจิตใจก็ เหมือนกับการแสดงความรักต่อกันอันเป็นการเสริมสร้างความสงบด้วยกันนั่นเอง

พระคำสอนว่า “จงรักศัตรูของท่าน จงอธิฐานเพื่อผู้ข่มเหงท่าน”^๘ นี้ บอกได้ว่า เป็นการใช้เมตตา มาพัฒนาจิตใจให้รู้จักให้อภัย อดทน ต่อคนใจบาปทั้งหลาย ถ้าเราไม่มีจิตเมตตา การที่จะให้อภัยคนที่เป็ศัตรูนั้น ทำได้ยากยิ่ง ต้องเป็นคนที่มีจิตใจเต็มเปี่ยมไปด้วยความรักในพระเจ้า และในเพื่อนบ้านเท่านั้น ถึงจะทำได้ การมีเมตตาอยู่ในจิตใจ ก็เหมือนกับคนที่มิธรรม ดังพระ

^๖ มธ. ๒๒:๓๗.

^๗ มธ. ๒๒:๓๙.

^๘ มธ. ๕:๔๔.

คัมภีร์ว่า “เมื่อคนชอบธรรมอยู่เย็นเป็นสุขบ้านเมืองก็เปรมปรีดิ์”^๕ จึงกล่าวได้ว่า ความรักนั้นสามารถเสริมสร้างพัฒนาจิตใจของเราให้มีความอ่อนโยน ให้อภัยผู้อื่นได้เสมอ

จากพระคำสอนที่กล่าวมานั้นแสดงให้เห็นว่า บุคคลใดรู้จักคิดให้อภัย ไม่คิดไปทำให้ใครเดือดร้อน รู้จักคิดในการอยู่เป็นสุขด้วยกัน ด้วยหลักเมตตาธรรมย่อมเสริมสร้างให้คนเรานั้นมีจิตใจที่บริสุทธิ์ปราศจากความโกรธ ทำให้เกิดสันติภาพ กับตนเองและผู้อื่น ดังพระเมตตาของพระเจ้า ความรักนั้นจึงเป็นการพัฒนาจิตใจ ให้เสริมสร้างความมีสันติภาพของมนุษย์ให้อยู่เป็นสุข คือเมื่อคนเรานั้นมีเมตตาจิตอยู่ในตัว ย่อมทำให้ตนเองนั้นมีความคิดในทางที่ดี ในทางที่ปรารถนาให้ผู้อื่นอยู่เป็นสุข ดังนั้น หลักเมตตาธรรมในคริสตศาสนานั้น จึงเสริมสร้างให้จิตใจอ่อนโยม กรุณา บริสุทธิ์ในพระเจ้าและในเพื่อนบ้าน

จากข้อความที่กล่าวมาทั้งหมดสรุปได้ว่า “ด้านการพัฒนาจิตใจ” ให้มีเมตตาอยู่ในจิตใจย่อมให้ประโยชน์ต่อตนเองและนำไปสู่ตัวอื่น ดังนี้

๑. ย่อมทำให้จิตแจ่มใส ได้แก่ การรู้จักหมั่นให้ทาน ปล่อยนก ปล่อยปลา ช่วยเหลือคนยากคนจน

๒. ย่อมทำให้จิตแข็งแรงต่อความชั่ว ได้แก่ การรู้จักให้อภัย การมอบความรักต่อกัน การไม่จองเวร

๓. ย่อมทำให้จิตอ่อนโยน ได้แก่ การรู้จักในสิ่งที่ไม่ไปทำความทุกข์ให้เกิดขึ้นกับผู้อื่น

๔. ย่อมทำให้มีจิตใจกรุณา ได้แก่ การรู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ดังนั้น การพัฒนาจิตใจให้รู้จักผิดชอบชั่วดีย่อมมีผลดีกับตนเอง เมื่อเรารู้จักวิธีการแล้ว ก็ควรหมั่นสร้างความมีเมตตาในจิตใจ จะทำให้รู้ว่าโลกนี้มีคนดีและแสงสว่างอยู่เสมอ จะได้มีจิตใจเบิกบานไม่จมอยู่กับความโศกเศร้า

๔.๒.๒ ด้านการช่วยควบคุมอารมณ์

อารมณ์ของคนเรควบคุมได้ยากที่จะทำให้อยู่ในอำนาจของตนเอง จึงทำให้แต่ละวันของคนเรามีอารมณ์ดีบ้าง อารมณ์โกรธบ้าง เป็นต้น คนที่มีเมตตาอยู่ในจิตใจนั้น มักเป็นคนที่มีมองโลกในแง่ดีเสมอ มีอารมณ์แจ่มใสอยู่เสมอ ต่างจากคนที่ไม่มีเมตตาอยู่ในตัว มักเป็นคนที่ไม่โอ้อวดง่าย เมื่อตนโกรธขึ้นมาแล้วย่อมสร้างความเสียหายให้กับตนและผู้อื่น

^๕ สภย. ๑๑:๑๐.

ในทางพระพุทธศาสนานั้น พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงอารมณ์ของคนขาดเมตตาว่า เป็นบุคคลที่ชอบทำความชั่ว ชอบก่อความไม่สงบต่างๆ กับตนเองและผู้อื่น พระพุทธเจ้าเปรียบคนที่ขาดเมตตาว่า เป็นคนที่ไม่ละลายต่อบาปและอกุศลทั้งหลายหรือเกรงกลัวต่ออะไรเลย ดังที่พระองค์ตรัสไว้ในโกธนสูตรว่า

บุคคลผู้โกรธไม่มีหิริ ไม่มีโอตตปะ

ไม่มีคำพูดที่น่าเคารพ

บุคคลผู้ถูกความโกรธครอบงำไม่มีความสว่างเลยแม้แต่น้อย^{๑๑}

พระพุทธองค์จึงตรัสสอนให้คนเรานั้นหมั่นเจริญเมตตาอยู่กับตัวตลอดเวลา เพื่อที่จะทำให้เราเป็นคนไม่ขาดสติ เมื่อมีสติอยู่กับตนย่อมก่อให้เกิดสันติภาพในหัวใจของเราและแผ่ไปให้กับผู้อื่น ดังปรากฏในชาดกความว่า ในสมัยหนึ่ง พระโมคคัลลานะได้ขึ้นไปในสวรรค์ ได้พบกับนางเทพธิดาทั้งหลายซึ่งมีวิมานใหญ่โต พระโมคคัลลานะได้ถามเทพธิดาว่าพวกเธอได้ทำบุญอะไรถึงได้มีวิมานใหญ่โต เทพธิดาองค์หนึ่งกล่าวตอบว่า ฉันไม่ได้ทำบุญให้ท่านอะไรเลย แต่ทำจิตใจของตนเองให้มีเมตตาต่อเจ้านายโดยการไม่โกรธที่เขาตำ ทำร้ายมีตักบาตรด้วยไม้ เมื่อดิฉันตายไปแล้วก็มาเกิดในวิมานนี้^{๑๒} เป็นต้น ชาดกนี้แสดงให้เห็นว่า คนที่มีเมตตาอยู่ในตัวนั้น จะเป็นผู้ที่ควบคุมอารมณ์ให้เย็น และสงบอยู่ได้ ไม่มีอารมณ์โกรธง่าย ถึงจะมีอารมณ์โกรธก็สามารถระงับได้

การมีเมตตาในที่นี้ถือว่า สามารถควบคุมอารมณ์ตนให้พ้นจากความไม่สงบทั้งหลายที่จะมาสู่ตนเอง กล่าวได้ว่า สามารถเสริมสร้างอารมณ์ของเราให้เป็นคนมีสติ มีขันติมากขึ้น เมื่อมีสติ มีขันติอยู่กับตน สันติภาพก็เกิดกับตนเองและผู้อื่น โดยตรงและโดยอ้อมเพราะทำให้เป็นที่รักของผู้อื่น ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสอานิสงส์ของเมตตาไว้ว่า “เป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย เป็นที่รักของอมมนุษย์ทั้งหลาย”^{๑๓} ต่างจากคนที่มีโทสะจริต ควบคุมอารมณ์ได้ยาก ชอบทำลาย เห็นอะไรก็แค้นใจ กวนประสาทไปหมด คนประเภทนี้จะไม่เป็นที่รักของใครเลย อยู่กับใครก็ลำบาก ไม่มีความสุข เหมือนกับคนที่ตายไปแล้ว แต่ยังไม่รู้ตัว

^{๑๑} อัง.สตุตถ. (ไทย) ๒๓/๖๔/๑๒๘, (นาสุส หิริ น โอตตปุเป น วาโจ โหติ การโว โภเชน อภิ-
ภูตสฺส น ทิปิ โหติ กิญจิน, อัง.สตุตถ. (บาลี) ๒๓/๖๔/๘๐)

^{๑๒} คุรายละเอียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๒/๑/๒/๓/๔๔๘-๔๔๙.

^{๑๓} พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๒/๔๖๐-๔๖๑.

จากข้อความนั้น กล่าวได้ว่า อารมณ์ของเรานั้นแปรปรวนได้ง่าย การมีเมตตาจึงเสริมสร้างให้ใจสงบได้ คือ เมื่อใดที่อารมณ์อยู่ใต้การควบคุมของเมตตา เมื่อนั้นอารมณ์ความรู้สึกต่างๆ ของตนย่อมผ่อนคลายปัสสัมปิติ เหมือนคนที่ได้พบคนที่รักที่จากกันไปนาน การที่บุคคลใดมีเมตตาอยู่กับตน บุคคลนั้นจะรับรู้ถึงอารมณ์ของความสงบ นั่นก็คือ ความมีสติและขันติ เปรียบดั่งน้ำชำระไฟ ดังนั้น หลักเมตตาธรรมในพระพุทธศาสนานั้น จึงควบคุมอารมณ์ ให้มีสติ และขันติ ระวังอารมณ์โกรธ และอารมณ์แค้นทั้งหลาย

ในทางคริสตศาสนานั้น พระเยซูคริสต์พระองค์ทรงใช้เมตตาที่อยู่ในตัวของพระองค์มา ระวังอารมณ์ที่ถูกคนใจบาปปรกวนด้วยการว่าร้าย ทำร้าย ด้วยการทำให้คนเหล่านั้นอยู่ในสภาวะสงบ ไม่โกรธ ไม่แค้น แสดงให้เห็นว่า การมีเมตตานี้สามารถควบคุมอารมณ์เราให้อยู่ได้อ่านใจ ไม่ให้มันครอบงำเราได้ พระองค์จึงให้เราใช้หลักแห่งความรักมาควบคุมอารมณ์ โดยเฉพาะตอนที่เรามีอารมณ์เกลียดชังคนที่มาทำร้ายเราทางกาย ทางใจ ซึ่งเรามักจะโกรธขึ้นมาทันทีที่เราได้ยินหรือได้พบคนเคยทำร้ายเรา ฉะนั้น พระองค์จึงให้เราควบคุมอารมณ์ด้วยความรัก ดังพระคำสอนที่ว่า “จงรักศัตรูของท่าน และจงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน”^{๑๓} แสดงว่า อารมณ์ที่ถูกควบคุมด้วยเมตตานี้ จะมองโลกในแง่ดีเสมอ จะตัดสินปัญหาด้วยปัญญา และมีอารมณ์เย็นเสมอ

อารมณ์ของคนเรานั้น บางครั้งเราไม่รู้เลยว่า มันเป็นนายหรือว่าเราเป็นนาย แต่อารมณ์ที่ควบคุมด้วยหลักแห่งความรักจะส่งผลดีต่อตนเองและผู้อื่นเสมอ พระเยซูคริสต์ทรงเปรียบเทียบอารมณ์ของคนมีเมตตาและคนขาดเมตตา ดั่งต้นไม้อายุและต้นไม้อายุไม่โตยอมให้ผลต่างกัน ดังพระคัมภีร์ว่า “ต้นไม้อายุยอมให้แต่ผลดี ต้นไม้อายุไม่โตยอมให้ผลเลว”^{๑๔} แสดงให้เห็นว่า ต้นไม้อายุก็เหมือนกับคนที่อารมณ์แจ่มใส อ่อนโยนและมีกรุณา ย่อมให้ความสุขทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น คือ ให้ผลดี ถ้าต้นไม้อายุไม่โต ก็เหมือนกับคนที่อารมณ์มืดบอดเต็มไปด้วยความชั่วทั้งหลาย ย่อมไม่ก่อให้เกิดความสุขกับตนเองและผู้อื่น คือ ให้ผลไม่ดี ส่วนคนที่ไม่มีหลักแห่งความรักในตน จะเป็นผู้ที่มีอารมณ์แจ่มใส บริสุทธิ์หรือมีอารมณ์อ่อนโยนนั่นเป็นไปไม่ได้ ขณะที่ไม่มีหลักแห่งความรักในตัวจะเป็นผู้ที่มีอารมณ์ร้าย อารมณ์โกรธก็เป็นไม่ได้ ดังพระคัมภีร์ว่า “ต้นไม้อายุจะเกิดผลเลวไม่ได้ หรือต้นไม้อายุจะเกิดผลดีก็ไม่ได้”^{๑๕} แสดงว่า อารมณ์ที่มีหลักแห่งความรักควบคุมมัน จะเปรียบเหมือนความดี หรือบุญกุศลอย่างหนึ่งที่จะทำให้เราได้พบกับพระเจ้า

^{๑๓} มธ. ๕:๔๔.

^{๑๔} มธ. ๗:๑๗.

^{๑๕} มธ. ๗:๑๘.

จากข้อความที่กล่าวมานั้น สรุปได้ว่า การมีเมตตานั้นทำให้สติ และปัญญาเกิดขึ้นมา เพื่อควบคุมอารมณ์ คือ ๑. การรู้จักหลีกเลี่ยง ๒. การรู้จักใจเย็น ๓. การรู้จักให้อภัย เหล่านี้ สามารถควบคุมสถานการณ์ไม่ให้ใจร้อนจนทำให้เสียการหรือสร้างความเสียหาย เปรียบดังไฟไหม้บ้าน ต้องเอาน้ำมาดับ คือ ควบคุมอารมณ์แห่งความโกรธ ดังนั้น เมตตาธรรมในคริสตศาสนานั้น จึงควบคุมอารมณ์ ให้ใช้สติ ขันติ มีความอดทนต่อแก้ปัญหา สามารถผ่อนหนักเป็นเบาได้

ในประเด็นดังกล่าว ทั้งสองศาสนามีความเห็นพ้องกันว่า การเรียนรู้ที่จะกำจัดอารมณ์ของตนอย่างเหมาะสม สร้างสรรค์และเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น แต่การควบคุมอารมณ์ไม่ใช่เป็นการเก็บกดไม่แสดงออกทางอารมณ์ แต่เป็นการเรียนรู้ที่จะจัดการกับสถานการณ์อย่างมีเหตุผล แสดงออกในทางที่สังคมยอมรับและมีผลเสียต่อตนเองทั้งทางร่างกายและจิตใจน้อยที่สุด ฉะนั้น พระพุทธเจ้าได้ตรัสอานิสงส์เมตตาไว้มากและพระเยซูคริสต์ก็ได้ตรัสวิธีเอาชนะคนชั่วด้วยความรัก (การมีเมตตา) จึงกล่าวได้ว่า เมตตาธรรมเป็นบ่อเกิดของการมีสติ ขันติให้อยู่กับตน เมื่อเกิดปัญหาทางอารมณ์ขึ้นมา สติ และขันติก็จะมาช่วยพิจารณาควบคุมอารมณ์ของเราให้ตั้งอยู่ในความไม่มีอคติเข้าข้างตนเองและสามารถระบายความไม่พอใจต่างๆ ด้วยการคิด การพูด การทำ ด้วยการไม่ทำให้ใครเดือดร้อน

๔.๒.๓ ด้านการช่วยพัฒนาความคิด

ความคิดของคนเรานั้นยากจะเข้าใจได้ อาจจะมีแต่ผู้ที่บรรลุอรหัตต์หรือพระเจ้าเท่านั้นที่สามารถรับรู้ความคิดของคนเราได้ หรือ บังคับความคิดของเราได้ ความคิดของคนเรานั้นถ้าเป็นไปในทางที่ดีก็จะก่อให้เกิดความสงบ ความเจริญกับตนเองและผู้อื่น ถ้าเป็นไปในทางไม่ดีก็จะก่อให้เกิดความหายนะทั้งกับตนเองและผู้อื่น

ในทางพระพุทธศาสนานั้น พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เรามีสัมมาทิฐิ คือ “มีความเห็นตรง มีความเลื่อมใสอันแน่วแน่ในธรรม”^{๑๖} กล่าวคือ มีความเห็นว่า “ทานที่ให้แล้วมีผล ฆัญที่บูชาแล้วมีผล ฯลฯ ผู้ทำให้แจ้งโลกนี้และโลกหน้าด้วยปัญญาอันยิ่งเองแล้วสอนผู้อื่นให้รู้แจ้งมีอยู่ในโลก”^{๑๗} กล่าวได้ว่า การมีสัมมาทิฐินั้น เริ่มต้นจากการบ่มเพาะความคิดที่ตั้งอยู่บนความยุติธรรม มีเหตุผล ประกอบไปด้วยปัญญา จากสิ่งแวดล้อมข้างตัวเราโดยมีพ่อแม่ครูบาอาจารย์เป็นหลัก ฉะนั้น การที่พ่อแม่หวังให้ลูกมีความเมตตาอยู่ในตัว ก็ต้องหมั่นพ่าสอนอบรมและแสดงเป็นตัวอย่าง

^{๑๖} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๕/๘๑.

^{๑๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๔๖/๔๘๕.

ในสมัยพุทธกาล พระเถระรูปหนึ่งบ่มเพาะจิตเมตตามาช้านาน วันหนึ่งได้ไปฉันอาหาร บ้านนายช่างแก้ว มีนกกระเรียนตัวหนึ่งที่นายช่างเขาเลี้ยงไว้ นกตัวนั้นได้กลืนกินแก้วมณีลูกหนึ่ง พระเถระเห็นเข้าพอดี แต่นายช่างไม่เห็น นายช่างหาลูกแก้วไม่พบ จึงถามพระเถระว่าท่านขโมยไปหรือเปล่า พระเถระตอบว่าเราไม่ได้ขโมย เมียของนายช่างบอกแก่นายช่างว่า อย่ากล่าวอย่างนั้นเลย พระเถระเป็นผู้มีศีล ไม่ขโมยหรือขโมยที่ อาจจะตกอยู่แถวนี้ก็ได้ นายช่างไม่เชื่อจึงจับท่านแล้วทำร้ายท่านเกือบตายครั้งท่านก็ล้มลง นกกระเรียนนั้นก็เข้ามาใกล้พระเถระ ในขณะที่นายช่างกำลังโมโห จึงเตะนกตัวนั้นกระเด็นตาย พระเถระเห็นว่านกนั้นตายแล้วจึงได้บอกความจริง เมื่อความจริงปรากฏ นายช่างก็สลดใจมากรู้สึกผิดจึงขอมาพระเถระ พระเถระตอบว่าไม่ใช่โทษของท่านและของเรา แต่เป็นโทษของวิญญูะอย่าคิดมากเลย^{๑๔} เป็นต้น ที่พระเถระไม่บอกความจริงตั้งแต่ต้น ก็เพราะท่านมีเมตตาคิดว่า ถ้าบอกว่า นกกระเรียนกลืนแก้วมณี นายช่างก็จะฆ่า นกกระเรียนนั้นเสีย จะเกิดความไม่สงบจิตสงบใจกับเราไปชั่วชีวิต จึงไม่บอก นี่คือ อานุภาพของเมตตาแม้ตัวจะตายก็จะไม่ฆ่าสัตว์

การคิดนั้นพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “จะคิดสิ่งใดก็คิดด้วยเมตตา”^{๑๕} เพราะวา ความคิดนั้นเป็นสิ่งสำคัญเพราะเป็นบ่อเกิดของการกระทำนั่นเอง การคิดสิ่งที่ดีประกอบด้วยเมตตานี้ เป็นสาเหตุของการสร้างสันติภาพกับตนเองและผู้อื่น เพราะการคิดสิ่งที่ดีย่อมไม่ทำให้ใครเดือดร้อนต่อกันแต่จะช่วยแก้ปัญหาต่างๆ และช่วยเสริมให้อยู่ร่วมกันอย่างไม่รังเกียจหรือหวาดระแวง

มนุษย์เรานั้น ตามหลักแล้วมีความสุขมากกว่าสัตว์เดรัจฉาน มีบ้านเรือนเป็นที่อยู่อาศัย มีคนรักและมีทายาท มีเพื่อนฝูง และมีความรักใคร่ การทำหน้าที่อันให้เกิดผลเป็นความสุขแก่ตนและผู้อื่น การคอยช่วยเหลือร่วมมือในกิจกรรมต่างๆ ในสังคม การทำมาค้าขายแลกเปลี่ยนต่อกันอย่างกว้างขวาง การร่วมทุนร่วมแรงกันกระทำการที่ใหญ่โตมีประโยชน์ต่อบ้านเมือง การที่มนุษย์เรามีการครองชีพสะดวกสบายเป็นสุขและมีความสันติภาพกว่าสัตว์อื่นทุกชนิด ก็ด้วยว่ามนุษย์เรามีเมตตาธรรม คือ มีเมตตาต่อกันนั่นเอง ถ้าตัวเราไม่มีเมตตาธรรมแล้ว ก็ไม่ต่างจากสัตว์เดรัจฉานทั่วไปนั่นเอง เพราะฉะนั้น จุดเริ่มต้นของการมีเมตตาธรรม ต้องเริ่มต้นด้วยตนเองมีความคิดในทางที่ดีที่ประกอบด้วยเมตตานั่นเอง ดังพระพุทธวจนะเบื้องต้นว่า “จะคิดสิ่งใดก็คิดด้วยเมตตา”

^{๑๔} ดูรายละเอียดใน พ.ร.อ. (ไทย) ๔๒/๑/๒/๓/๕๐-๕๒.

^{๑๕} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๗๒/๒๖๖.

ในทางคริสตศาสนานั้นมีคำสอนว่า “ความคิดชั่วร้าย การฆ่าคน การผิดหัวผิดเมีย การล่วงประเวณี การลักขโมย การเป็นพยานเท็จ การใส่ร้าย...สิ่งเหล่านี้แหละที่ทำให้มนุษย์เป็นมลทิน”^{๒๐} กล่าวได้ว่า การที่คนเรานั้นมีความชั่วร้ายต่างๆ มี ออยากฆ่าคน ออยากล่วงละเมิดสามีภรรยาเขา เป็นต้น ความคิดไม่ดีเหล่านี้เป็นมลทิน คือ เป็นบาปของมนุษย์ และการมีความคิดชั่วนั้น มีสาเหตุมาจากการขาดหลักแห่งเมตตาในจิตใจนั่นเอง พระเยซูคริสต์ พระองค์ทรงสอนให้คนเรานั้นเริ่มต้นการทำความดีด้วยการมีความรักในพระเจ้าและเพื่อนบ้าน คิดแต่สิ่งดีที่ไม่เบียดเบียนกันและกัน กล่าวคือ การให้อภัยซึ่งกันและกัน ดังคำสอนว่า “จงรักศัตรูของท่าน”^{๒๑} การมีความคิดอภัยให้ผู้อื่นนั้น พระองค์เห็นว่าเป็นการสร้างควมมีเมตตาอย่างหนึ่งให้เกิดขึ้นกับตัวเราและสังคมเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

ถ้าตัวเราไม่มีความรักในจิตใจแล้วก็ไม่มีความหมายอะไรเลย ถึงแม้จะสอนคนแนะนำคนมากมายก็ตาม ดังคำเปรียบของพระเยซูคริสต์ที่พระองค์ตรัสไว้ว่า “แม้ข้าพเจ้าพูดภาษาแปลกๆ ได้ เป็นภาษามนุษย์ก็ดี เป็นภาษาทูตสวรรค์ก็ดี แต่ไม่มีความรัก ข้าพเจ้าเป็นเหมือนฆ้องหรือฉาบที่กำลังส่งเสียง แม้ข้าพเจ้าจะเหยพระวณะได้ เข้าใจในความลึกลับทั้งปวงและมีความรู้ทั้งสิ้น รวมทั้งมีความเชื่อมากยิ่งขึ้นที่สุดพอจะยกภูเขาไปได้ แต่ไม่มีความรัก ข้าพเจ้าก็ไม่มีค่าอะไรเลย แม้ข้าพเจ้าจะสละของสารพัดหรือยอมให้เอาตัวข้าพเจ้าไปเผาไฟเสีย แต่ไม่มีความรัก หาเป็นประโยชน์แก่ข้าพเจ้าไม่”^{๒๒} กล่าวได้ว่า คำตรัสของพระองค์นั้นแฝงไปด้วยปรัชญาว่า ต่อให้คนเราสร้างอะไรต่อมิอะไรให้กับสังคม ก็ไม่ทำให้สังคมมีความสงบได้ ถ้าตนขาดความรักในจิตใจต่อพระเจ้าและเพื่อนบ้าน

การที่คนบางคนมีความคิดที่จะแก้แค้นต่ออริคู่อาฆาต อาจจะทำให้รู้สึกสะใจใจที่เขาแพ้หรือเห็นเขาพินาศ แต่เมื่อเขาตั้งตัวได้ก็หันแก้แค้นคืน ทำเช่นนี้ไม่มีความสิ้นสุด พระเยซูคริสต์ พระองค์ทรงเห็นความไม่สิ้นสุดของการแก้แค้น พระองค์จึงตรัสสอนว่า “อย่าต่อสู้คนชั่ว ถ้าผู้ใดตบแก้มขวาของท่าน ก็จงหันแก้มซ้ายให้เขาด้วย”^{๒๓} กล่าวได้ว่า พระองค์ไม่ได้สอนให้ยอมแพ้หรือให้กลัวคนชั่ว เพียงแต่การต่อสู้กับคนประเภทนี้ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์อะไร ไม่วันสิ้นสุดและไม่วันพบสันติภาพได้ พระองค์จึงอยากให้เราสู้กับคนพวกนี้ด้วยความรัก คือ เอาชนะคนชั่วด้วยความดีอันมีความรักเป็นตัวนำทางนั่นเอง

^{๒๐} มธ. ๑๕:๑๙-๒๐.

^{๒๑} มธ. ๕:๔๔.

^{๒๒} ๑ คร. ๑๓:๑-๓.

^{๒๓} มธ. ๕:๓๙.

จากข้อความที่กล่าวมาของทั้งสองศาสนานั้นสรุปได้ว่า “ด้านการพัฒนาความคิด” นั้น ความรักความเมตตาจะช่วยพัฒนาความคิดของเรา ทำให้เกิดความคิดเป็นระบบ มีแบบแผนในการตัดสินใจเรื่องต่างๆ ในการนำไปสู่หนทางที่ดีและยุติธรรม ดังนี้

๑. มองเห็นปัญหาได้อย่างชัดเจนขึ้นในพฤติกรรมความเป็นไปต่างๆ ว่า สรรพสิ่งและเหตุการณ์ต่างๆ นั้น ล้วนมีความเชื่อมโยงต่อเนื่องกัน ซึ่งมีความสัมพันธ์ผูกโยงกันเป็นระบบ เป็นเครือข่ายด้วยสภาวะการพึ่งพาอาศัยกัน เช่น สิ่งที่เราทำลงไป ย่อมส่งผลตามมาโดยอ้อมและโดยตรง ทำให้สามารถมองปัญหาที่เกิดขึ้นได้เป็นวัฏจักร โลกแห่งความจริงนั่นเอง

๒. การตระหนักถึงกรอบแนวคิดของตนเอง คือ รูปแบบความคิด ความเชื่อนั้น มีผลต่อการตัดสินใจและการกระทำของตนเอง และพยายามพัฒนารูปแบบความคิดความเชื่อให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของโลกอย่างเหมาะสม และสามารถที่จะบริหารปรับเปลี่ยนกรอบความคิดของตนให้มีหลักธรรมแห่งความสุขของมนุษย์ทั้งหลายโดยไม่มีอคติ ดังธรรมภาษิตในพระพุทธศาสนาว่า “เมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนโลก”^{๒๔} หรือคำปวารณาของพระเยซูคริสต์ว่า “เราประสงค์ความเมตตา”^{๒๕}

ฉะนั้น เมตตาธรรมจึงเป็นหลักธรรมที่เสริมสร้างพัฒนาความคิดขอ ตัวเราให้รู้จักชีวิตว่าสิ่งใดมีคุณ สิ่งใดมีโทษ และพัฒนาไปสู่ทางเจริญยิ่งขึ้น

๔.๒.๔ ด้านการช่วยพัฒนาและการปรับปรุงพฤติกรรม

การกระทำนั้นถือว่าเป็นที่สุดของการตัดสินใจ ส่วนด้านจิตใจ อารมณ์และความคิดนั้น อาจเป็นจุดเริ่มต้นแต่ไม่ใช่ที่สุดของการกระทำ เหมือนกับคิดจะขโมยของ แต่ไม่ได้ขโมย ก็ไม่สามารถเอาผิดได้ ดังเกณฑ์ตัดสินโทษต่างๆ ในบ้านเมือง เป็นต้น

ในพระพุทธศาสนานั้น การประพฤติเมตตา ถือว่าได้ปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ ได้แก่ “มีเจตนาเป็นเหตุเว้นจากปาณาติบาต (การฆ่าสัตว์) เจตนาเป็นเหตุเว้นจากอทินนาทาน (การลักทรัพย์) เจตนาเป็นเหตุเว้นจากกาเมสุมิจจาร (การประพฤติผิดในกาม)”^{๒๖} กล่าวได้ว่า ถ้าตัวเองไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดล่วงผิดเมียชาวบ้าน น้อยมากที่จะมีผู้อื่นมาคิดทำร้าย เว้นเสียแต่คนใจหยาบด้วยสันดาน แต่อย่างน้อยตัวเองก็รู้สึกถึงความสงบในใจว่า เราไม่เคยฆ่า

^{๒๔} สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, *พุทธศาสนสุภาษิต เล่ม ๑*, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เทียนเชียง, ๒๕๓๕), หน้า ๕๖.

^{๒๕} มธ. ๘:๑๓.

^{๒๖} บุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๖/๕๕.

สัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดล่วงฝัวเมียชาวบ้าน นี่เป็นการพัฒนาและการปรับปรุงพฤติกรรมของตัวเราให้เข้ากับสังคมได้

เป็นที่ทราบกันดีในหมู่ผู้สนใจในธรรมว่า “องคุลิมาล” เป็นหนึ่งในอริยสาวกของพระพุทธเจ้า พระองคุลิมาลนั้น ก่อนเป็นโจรใจโหด เป็นที่หวาดกลัวของผู้ได้เห็นและได้ยิน หลังจากที่พระพุทธเจ้าทรงโปรดท่านก็กลายเป็นคนดีมีเมตตา ถึงแม้ท่านจะถูกจองเวรจากคนที่ท่านเคยทำร้าย ท่านก็ไม่ตอบโต้อะไร จะเห็นว่า ความมีเมตตานี้ถึงแม้ว่าจะเกิดขึ้นตอนวัยเยาว์ หรือใกล้ตายก็ตาม พระพุทธเจ้าก็ทรงยกย่องคนมีเมตตาคนนั้นว่า “เป็นคนไม่ประมาท เป็นคนยังโลกให้สว่าง เหมือนพระจันทร์ พ้นจากหมอก”^{๒๓} คนที่กลับเนื้อกลับตัวได้นั้นจะเห็นได้ชัดว่า ไม่สายเกินไปที่จะเริ่มต้นสร้างความคิดต่อไป ฉะนั้น เมื่อผู้ใดหลงผิดก็ควรกลับใจเสียใหม่ เพราะมีอีกหลายคนๆ ที่พร้อมจะให้อภัยเสมอ

พระพุทธเจ้าพระองค์จึงทรงสอนว่า “จะทำสิ่งใดก็ทำด้วยเมตตา จะพูดสิ่งใดก็พูดด้วยเมตตา จะคิดสิ่งใดก็คิดด้วยเมตตา”^{๒๔} ในสังคมแต่ละยุคแต่ละสมัยนั้น ล้วนมีคนดีและคนไม่ดีปะปนกันไป เป็นเรื่องธรรมดาที่จะก่อให้เกิดความเห็นแก่ตัว แต่ถ้าคนเห็นแก่ตัวมากเกินไปจะทำให้สังคมไม่สงบ ไม่มีสันติภาพ พระพุทธองค์จึงทรงมอบหลักธรรมในการอยู่ร่วมกัน นั่นก็คือ “เมตตาธรรม” เมตตาธรรมนี้เป็นบ่อเกิดของคนดี คือ เป็นคนที่มีหลักธรรม ๒ ประการนี้อยู่กับตน ได้แก่ ๑. การมีหิริ (ความละลาบลาบ) ๒. การมีโอตตปปะ (ความกลัวบาป)”^{๒๕}

กล่าวคือ คนที่มีเมตตานี้ จะเป็นผู้มีความละเอียดต่อความชั่ว และเกรงกลัวต่อผลของความชั่ว รู้จักเสียสละเพื่อประโยชน์ส่วนรวม มีจาคะเรื่องหนึ่งมีความโดยสังเขป สมัยหนึ่งพระโพธิสัตว์ เป็นลูกพระราชานโตะ เมื่อแม่สิ้นพระชนม์ พ่อได้มเหสีใหม่ และมีลูกคนหนึ่ง มเหสีใหม่ขอพระราชานโตะให้ทรงตั้งลูกตนเองเป็นพระราชานโตะ พระราชานโตะแก่พระโพธิสัตว์ผู้เป็นลูกชายคนโตะ พระโพธิสัตว์พระองค์ทรงมีพระเมตตา คือ มีหิริและโอตตปปะ จึงยอมสละตำแหน่งว่าที่พระราชานโตะให้น้องลูกมเหสีใหม่ แล้วพระองค์ก็ออกจากเมืองไปอยู่ป่า^{๒๖} สอนให้รู้ว่า ความมีเมตตาธรรมอยู่กับตัวนั้น สามารถเสริมสร้างสันติภาพให้กับสังคมส่วนร่วมเป็นอย่างดี มากกว่าการให้สิ่งที่เป็นวัตถุ คนเรานั้นต้องรู้จักเสียสละบ้าง หักแพ้วบ้าง หักโง่บ้าง หักถอยบ้าง ไม่ทำให้เสียหาย ถ้าแต่ละคนมีแต่เอาชนะซึ่งกันและกัน ผลสุดท้ายเสียหายทั้งคู่

^{๒๓} คุรยละเอียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๒/๑/๒/๓/๒๔๓.

^{๒๔} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๓๒/๒๑๖.

^{๒๕} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๔/๒๕๓.

^{๒๖} คุรยละเอียดใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๒/๑/๒/๓/๑๐๕-๑๐๖.

พระพุทธเจ้าพระองค์จึงสอนให้เราไม่เมตตาต่อสรรพสัตว์ทั้งหลาย เพื่อให้เกิดความสงบกับตนเองและผู้อื่น พระองค์ทรงใช้เมตตาธรรมนี้ระงับเหตุร้ายต่างๆ กล่าวคือ เมตตาธรรมก่อให้เกิดหลักธรรมที่สามารถทำให้เหตุร้ายที่จะมีขึ้นหยุดได้ นั่นก็คือ “การมีขันติ ความอดทน และโสรจจะ ความเสงี่ยม”^{๓๑} คนที่มีความอดทนและมีความเสงี่ยม จะใจเย็น เป็นคนที่จะทำอะไรพูดอะไร หรือคิดอะไรก่อนมี “สติ ความระลึกได้ สัมปชัญญะ ความรู้ตัว”^{๓๒} อยู่กับตนเองตลอดไม่ใจร้อน ปัญหาต่างๆ ก็ไม่เกิดหรือถึงมีก็น้อย เมตตาธรรมจึงเสริมสร้างให้คนในสังคมมีความพฤติกรรมที่ละลายและเกรงกลัวต่อบาป ลดความเห็นแก่ตัวลง และทำให้คนในสังคมมีสติและขันติในการดำเนินชีวิตร่วมกันอย่างสงบสุข

ในทางคริสตศาสนา มีคำสอนว่า “อย่าฆ่าคน อย่าล่วงประเวณีผิวเมียเขา อย่าลักทรัพย์ อย่าเป็นพยานเท็จใส่ร้ายเพื่อนบ้าน เป็นต้น”^{๓๓} นี่ถือเป็นพระบัญญัติของพระเจ้า กล่าวคือ เป็นวิธีการพัฒนาและปรับปรุงพฤติกรรมของตัวเราให้เข้ากับผู้อื่นได้ แสดงให้เห็นว่า การที่ตัวเรานั้นไม่ฆ่าคน ไม่ล่วงประเวณีผิวเมียเขา ไม่ลักทรัพย์ ไม่เป็นพยานเท็จใส่ร้ายเพื่อนบ้าน ก็ไม่ต้องกลัวอะไรในเมื่อมีประมุขหมู่คณะเพื่อไต่สวนหาความผิด เมื่อมีอคติความเกิดขึ้นในบ้านเมือง ถึงแม้ว่าจะถูกใส่ร้ายก็ตาม ทำได้แค่ทำร้ายร่างกายเขา แต่ไม่สามารถทำร้ายจิตใจของเขาได้ เพราะจิตใจของผู้ประพฤติเมตตานั่นเต็มเปี่ยมไปด้วยความรักในพระเจ้าและเพื่อนบ้าน ไม่หวั่นไหวต่อความชั่วทั้งหลาย

ดังพระเยซูคริสต์ที่พระองค์ทรงถูกทรมาน มีการจองจำ โขยตีพระองค์ สารพัดอย่างที่คนชั่วได้ทำต่อพระองค์ แต่พระองค์ก็ไม่หวั่นไหว มีใจสงบเยือกเย็น คือ มีสันติภาพอยู่เต็มร้อย คือ เต็มเปี่ยมไปด้วยความรักและความเชื่อในพระเจ้า ดังพระคัมภีร์ว่า “ฝ่ายคนที่คุมพระเยซูก็เยาะเย้ยโขยตีพระองค์ และเมื่อเขาเอาผ้าผูกปิดพระเนตรของพระองค์แล้ว เขาจึงถามว่า “จงเผยให้เรารู้ว่า ใครตบเจ้า” เขาพูดคำหยาบช้าต่อพระองค์อีกหลายประการ ครั้นรุ่งเช้าพวกผู้ใหญ่ของพลเมืองกับพวกมหาปุโรหิตและพวกธรรมาจารย์ได้ประชุมกัน พวกเขาพาพระองค์เข้าไปในศาลสูงของเขา และพูดว่า “ถ้าท่านเป็นพระคริสต์ จงบอกเราเถิด” แต่พระองค์ทรงตอบเขาว่า “ถึงเราจะบอกท่าน ท่านก็จะไม่เชื่อ และถึงเราถามท่าน ท่านก็จะไม่ตอบเรา แต่ตั้งแต่นี้ไป บุตรมนุษย์จะนั่งข้างขวา

^{๓๑} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๔/๒๕๔.

^{๓๒} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๔/๒๕๕.

^{๓๓} อพย. ๒๐:๑๓-๑๖.

พระเจ้าผู้ทรงฤทธานุภาพ”^{๓๔} กล่าวได้ว่า หลักระเบียบเมตตาเสริมสร้างให้ตัวเรานั้นเชื่อมั่นในความดี ไม่กลัวความชั่ว

พระเยซูคริสต์พระองค์ทรงสอนว่า “จงสวมใจเมตตา ใจปรานี ใจถ่อม ใจอ่อนสุภาพ ใจอดทนไว้นาน จงผ่อนหนักผ่อนเบาซึ่งกันและกัน ถ้าแม้ว่าผู้ใดมีเรื่องราวต่อกัน ก็จงยกโทษให้กันและกัน”^{๓๕} พระคำสอนนี้พระองค์อยากให้เห็นในสังคมลดความเห็นของตนเองและการถือตัวของแต่ละคนลง ไม่ให้ใช้ความเห็นตนเองและการถือตัวเข้าหากัน เพราะความเห็นของตนและการถือตัวนี้ทำให้สังคมไม่เป็นระเบียบ พระองค์มีความประสงค์ให้หันมาร่วมมือกันในการแก้ไขปัญหาสังคมในการทำให้สังคมเป็นระเบียบ เพราะพระองค์ทรงเห็นว่าสังคมนั้นเต็มไปด้วยคนหลากหลาย ความคิดจึงมักก่อให้เกิดการเอาเปรียบกันเสมอ อันนำไปสู่การทะเลาะวิวาท และทำให้เกิดการเห็นแก่ตัว พระเจ้าทรงตระหนักดีและทรงมีพระเมตตา จึงได้ประทานคำสอนสำหรับทำให้สังคมมีสันติภาพให้คนในสังคมมีพฤติกรรมที่ดีต่อกันลดการเห็นแก่ตัวลง

คนที่มีความเมตตา ปรานี อ่อนโยนซึ่งกันและกัน หมายถึง การเข้าถึงและเข้าใจจิตใจของคนอื่น ด้วยมองเห็นความทุกข์ยากของผู้อื่น ความเมตตากรุณานี้ จึงเป็นความรู้สึกที่เห็นคนอื่นลำบากแล้วจะไม่ซ้ำเติม และก็อยากช่วยเหลือ แสดงออกได้ในหลายรูปแบบ เช่น การแบ่งปัน การเอื้ออาทรต่อกัน และการระลึกว่าทุกคนคือลูกของพระเจ้า ทุกคนเป็นพี่น้องของเราที่พระเจ้ามีพระประสงค์ให้เป็น ฉะนั้น ผู้มีใจปรานี เมตตากรุณาอ่อนโยน ต่อผู้อื่นตามความหมายนี้ จะสามารถเข้าใจในตนเองและผู้อื่นเป็นอย่างดี การอดทนและให้อภัยแก่ผู้อื่นก็ทำได้โดยง่าย

สรุปได้ว่า ความเห็นแก่ตัวเป็นสิ่งที่สร้างให้คนในสังคมเกิดการเอาเปรียบ ไม่มีใจเอื้อเพื่อเผยแผ่ คนที่เห็นแก่ตัวมักเอาเปรียบคนอื่น มักคิดว่าตัวเองทำถูก คนที่ถูกเอาเปรียบมักคิดว่าไม่ยุติธรรม จะเกิดอะไรขึ้นกับสังคมถ้าคนในสังคมมีความคิดเช่นนี้ คงบอกได้ว่า “ไม่จบ” เพราะคนที่เอาเปรียบและคนที่ถูกเอาเปรียบก็จะเป็นศัตรูกัน เมื่อเป็นศัตรูกันย่อมก่อให้เกิดความไม่สงบในสังคม มีการประท้วง ทำร้ายสิ่งของต่างๆ ถ้ามโนษย์คิดว่าการเอาเปรียบและการถูกเอาเปรียบไม่ถูกต้อง ก็ควรหยุด และแสดงเมตตาต่อกัน บ้านเมืองจะได้สงบ ดังนั้น ความมีเมตตาอยู่กับตนเองจะช่วยพัฒนาและการปรับปรุงพฤติกรรมของเราได้ คือ

๑. ทำให้ลดมิถุนาญญูและมานะการถือตัวของตัวเราลงได้ คือ รู้จักอ่อนน้อมถ่อมตน
๒. ทำให้ลดปัญหาการเห็นแก่ตัวของตัวเราได้ คือ รู้จักเสียสละ

^{๓๔} ลก. ๒๒:๖๓-๖๕.

^{๓๕} กส. ๓:๑๒-๑๓.

๓. ทำให้เกิดความสมานสามัคคีได้ คือ รู้จักช่วยเหลือกัน

กล่าวได้ว่า การพัฒนาและการปรับปรุงพฤติกรรมของเราให้เข้ากับผู้อื่นจำเป็นอย่างยิ่งที่ตัวเรานั้น จะต้องรู้จักผิด รู้จักถูกด้วยตนเองก่อน การหมั่นสร้างเมตตาจิต จึงเป็นหนทางหนึ่งในการช่วยให้พฤติกรรมของเราพัฒนาไปสู่ทางที่ดีทั้งร่างกาย และจิตใจ

๔.๓ หลักเมตตาธรรมในการเสริมสร้างสันติภาพต่อผู้อื่น

การที่คนเรานั้นมีจิตใจที่เต็มไปด้วยเมตตาแล้วก็จะส่งผลไปถึงผู้อื่นโดยทางตรงและโดยทางอ้อม แล้วก็นำไปสู่ความมีสันติภาพ คือ ทำให้โลกมีหมู่สัตว์ทั้งหลายมีความสุขได้อย่างแท้จริง ในพระพุทธศาสนาและคริสตศาสนานั้นการสร้างความสุขจะต้องอยู่บนฐานของหลักเมตตาธรรม และทั้งสองศาสนานี้ก็สรรเสริญความมีเมตตาต่อกัน “คือ ถ้าเราต้องการความรักความเมตตาจากผู้อื่น เราก็ต้องมีความเมตตาให้เขาก่อน คือ หมั่นเจริญอยู่เสมอๆ ก็จะได้รับผลคือความรักความเมตตาตามที่ต้องการ”^{๓๖}

๔.๓.๑ ด้านการช่วยสร้างความสุขและความรักในครอบครัว

ครอบครัวเป็นจุดเริ่มต้นของระบบโครงสร้างของสังคม ในแต่ละครอบครัวนั้น มีพ่อแม่ ลูก เป็นต้น หลักธรรมที่เสริมสร้างให้ครอบครัวมีความสุขนั้นมีแต่ที่องค์ศาสดาของพระพุทธศาสนากับคริสตศาสนานี้ใช้ คือ หลักเมตตาธรรมเท่านั้น กล่าวคือ พ่อ แม่ต้องมีเมตตาต่อลูก ลูกต้องมีเมตตาต่อพ่อแม่ เป็นต้น ไม่ว่าในสมัยใดก็ตามถ้าครอบครัวมีปัญหา ก็จะทำให้สังคมแย่ไปด้วย แต่ถ้าครอบครัวไม่มีปัญหา สังคมก็จะอยู่เป็นสุข

ในทางพระพุทธศาสนา มีหลักคำสอนที่กล่าวถึงหลักธรรมที่ใช้ในการปฏิบัติตนเพื่อเสริมสร้างให้คนรอบข้างมีความรักความเมตตาต่อกัน เรียกว่า “หลักฆราวาสธรรม ๔” ในฆราวาสธรรม ๔ นี้ เป็นคำสอนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า นำมาประยุกต์หรือบูรณาการใช้ในครอบครัว โดยเอาหัวใจของหลักเมตตาธรรมมาจำแนกให้เป็นหลักธรรมสำหรับผู้ครองเรือนได้ปฏิบัติ เพื่อสร้างความสุขและความรักในชีวิตยิ่งขึ้น ประกอบด้วยหลักธรรม ๔ ข้อ ได้แก่ “สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ”^{๓๗} กล่าวโดยอธิบายว่า

^{๓๖} พระมหาเสนาะ กัณหทัต, “ความรักในพระพุทธศาสนา”, ในวารสาร พ.ศ. ล., ปีที่ ๗๒ ฉบับที่ ๒๑๔ (พฤศจิกายน-ธันวาคม ๒๕๔๑) : ๕๕.

^{๓๗} ส.ศ. (ไทย) ๑๕/๒๔๖/๓๕๔.

สัจจะ คือ “ความจริงใจ”^{๓๘} การใช้ชีวิตระหว่างบุคคลในครอบครัวไม่ว่าจะอยู่ในฐานะใดก็ตาม จำเป็นต้องมีหลักธรรมข้อนี้อยู่กับตัวเสมอ เพื่อให้ผู้อื่นเกิดความจริงใจต่อกัน การแสดงออกถึงความซื่อสัตย์และความจริงใจนั้น ถือเป็นรากฐานที่สำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันและกัน ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความรู้มีใจเมตตาต่อกันในครอบครัว สัจจะนี้เป็นหลักธรรมพื้นฐาน สำหรับความจริงใจต่อกัน

ทมะ คือ “การข่มใจรู้จักควบคุมจิตใจ”^{๓๙} การอยู่ร่วมกันในครอบครัว หรืออยู่กับผู้อื่นที่เรารักนั้น เป็นเรื่องที่เราต้องปรับตัวเข้าหากัน เนื่องจากแต่ละคนนั้นมีพื้นฐานชีวิตที่ไม่เหมือนกัน จึงเป็นการยากที่เราจะทำทุกอย่างตามที่ใจของเราต้องการ และ ตัวเราเองก็อาจไม่สามารถเป็นไปได้ทุกอย่างดังที่คนอื่นเขาต้องการ หลักธรรมในข้อนี้ จึงเป็นการฝึกการข่มใจระงับความรู้สึกต่อเหตุบกพร่องของกันและกัน ฝึกฝนปรับปรุงตนเอง ให้มีนิสัยและอัธยาศัยกลมกลืนประสานกันในการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน

ขันติ “ความอดทน”^{๔๐} การใช้ชีวิตอยู่ด้วยกัน นอกจากจะต้องมีความซื่อสัตย์จริงใจ และการระงับอารมณ์โกรธแล้ว จะต้องมีความอดทนอดกลั้น เพราะชีวิตครอบครัวนั้น จะต้องมีความขัดแย้งบ้างเป็นธรรมดา แต่ละคนล้วนมีอุปนิสัย ประสพการณ์ นิสัยใจคอที่ต่างกัน การอยู่ร่วมกันนั้น อาจมีถ้อยคำหรือกิริยาอาการที่แสดงออกมาโดยตั้งใจหรือไม่ก็ตาม เมื่อเกิดเหตุการณ์ทะเลาะวิวาท อีกฝ่ายหนึ่งจะต้องรู้จักอดกลั้นระงับอารมณ์ เรื่องจะไม่ลุกลามขยายกว้าง

จาคะ “ความเสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่”^{๔๑} เวลาที่เราทำอะไรไว้ หรือให้สิ่งใดแก่คนอื่นด้วยความเต็มใจ เราจะมีความรู้สึกว่า ผู้ที่รับสิ่งของจากเรานั้นได้รับความสุขที่ส่งผ่านมาถึงตัวเราเองด้วย จาคะในพระพุทธศาสนานั้น มิใช่เพียงการเผื่อแผ่ แบ่งปัน สิ่งของที่มองเห็นและเข้าใจกันง่ายๆ เท่านั้น ยังร่วมไปถึงการให้น้ำใจแก่กัน คือ แสดงน้ำใจเอื้อเฟื้อต่อกัน ตลอดจนจนถึงการเสียสละความชอบใจและความสุขส่วนตัวได้ เช่น ในคราวที่คู่รัก คู่ครอง มีความทุกข์ ความเจ็บไข้ หรือมีธุระกิจการงาน มีปัญหา เป็นต้น ต้องเสียสละความสุข ความพอใจ ของตน เป็นที่พึ่งอาศัย เป็นกำลัง ช่วยเหลือหาทางออก เอาใจใส่ดูแล ส่งเสริม หรือช่วยให้กำลังใจกันและกัน

^{๓๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, ครั้งที่ ๑๘, (นนทบุรี: โรงพิมพ์พิมพ์การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๑๑๔.

^{๓๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๔.

^{๔๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๔.

^{๔๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๔.

กล่าวได้ว่า หลักธรรม ๔ ประการนี้ เป็นหลักธรรมที่สัมปยุตด้วยเมตตา จะเกิดขึ้นได้ ก็ต้องมีใจเมตตาต่อกัน หากพิจารณาดูดีๆ จะพบว่าสามารถสื่อความหมายของความรักของคนที่รักในครอบครัวทั้งหมด คือ คนที่มีความจริงใจยอมทำให้ครอบครัวเกิดความข่มใจ เมื่อเกิดความข่มใจ ความอดทนยอมตามมา เมื่อความอดทนตามมา การเสียดสละยอมเกิดขึ้นแก่กันและกัน ดังนั้น ชีวิตครอบครัวจะต้องให้มีความเมตตาต่อกัน ถ้าขาดเมตตา ก็เหมือนการลงทุนที่ไม่ได้ผลกำไรมาเพิ่มเติม ส่วนที่เป็นทุนดั้งเดิม คงที่หรือค่อยๆ ร่อยหรอพร่องไป เปรียบเหมือนต้นไม้ที่ไม่ได้รับการบำรุงรักษา ย่อมมีแต่อบเฉา ร่วงโรย ไม่มีความสดชื่น ฉั่นโค การให้สิ่งดีๆ ต่อกันยอมแสดงให้เห็นว่า เป็นการมอบความสุขให้กับคนทั้งสองฝ่าย ทั้งผู้ให้ และผู้รับ ดังพระพุทธพจน์ว่า “ผู้ให้ทาน ย่อมเป็นที่รักที่พอใจของคนหมู่มาก”^๒ ผู้รับยอมเป็นสุข ฉะนั้น จะเห็นว่าทั้งหมดนี้จะทำให้เกิดสติปัญญาในการตัดสินใจ ควบคุมอารมณ์และจิตใจของตนเอง เมื่อควบคุมได้ก็จะเป็นการสร้างความสุขและความรักในครอบครัว

ในทางคริสตศาสนานั้น ครอบครัวถือว่ามีฐานพระศาสนาจักรเป็นบ้าน กล่าวคือ เป็นเจ้าสาวของพระคริสต์ ไม่ว่าความรักแบบพ่อแม่ ความรักแบบพี่น้อง คู่บ่าวสาวหรือความรักของชุมชน เป็นต้น นักบุญเปาโลได้อธิบายถึงการอยู่ร่วมกันในครอบครัวว่าจะต้องยอมกันและกัน ย่อมเชื่อฟังกันและกัน ดังพระคัมภีร์ว่า “ฝ่ายภรรยา จงยอมฟังสามีของคน”^๓ และ “ฝ่ายสามีก็จงรักภรรยาของตน”^๔ คำสอนนี้ฟังดูดีๆ แล้วเป็นคำสอนที่มีความลึกซึ้งของมันและมีความสัมพันธ์ด้านศีลธรรมและการมีเมตตาอยู่ด้วยในตัวมันเอง แสดงให้เห็นว่า ครอบครัวนั้นถือว่าเป็นบ่อเกิดของธรรมะที่ยิ่งใหญ่ คือ ศีลธรรมของสามีภรรยาตนเอง

การยอมฟังกันและกันนั้น เปรียบเสมือนการให้ความเคารพ คนเรานั้นถ้ามีความเคารพต่อกัน ความมีสันติภาพในครอบครัวย่อมเกิดขึ้น เมื่อคนในครอบครัวต่างเกิดการเชื่อฟังให้ความเคารพต่อกัน ย่อมทำให้จิตใจของคนในครอบครัวนั้นอ่อนโยน เมื่อมีใจอ่อนโยนต่อกัน ความกรุณาต่อกันย่อมเกิดขึ้น เมื่อมีความกรุณา ความมีใจที่บริสุทธิ์ต่อกันก็ตามมา อันนำไปสู่ความมีสันติ เมื่อมีสันติ ย่อมทำให้เป็นสุข สมดังพระวาจาของพระเยซูคริสต์ที่พระองค์เทศน์บนภูเขาว่า “บุคคล

^๒ อจ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๓๕/๕๖.

^๓ อฟ. ๕:๒๒.

^๔ อฟ. ๕:๒๕.

ผู้ใดมีใจอ่อนโยน ผู้นั้นเป็นสุข บุคคลผู้ใดมีใจกรุณา ผู้นั้นเป็นสุข บุคคลผู้ใดมีใจบริสุทธิ์ ผู้นั้นเป็นสุข บุคคลผู้ใดสร้างสันติ ผู้นั้นเป็นสุข”^{๔๕}

กล่าวได้ว่า หลักเมตตาธรรมที่พระเยซูคริสต์และนักบุญทั้งหลายนำมาประยุกต์และบูรณาการเสริมสร้างให้ครอบครัวมีความสุขนั้นกล่าวได้ว่า สามารถที่จะสร้างสันติภาพจากส่วนเล็กๆของสังคมแล้วขยายไปถึงส่วนใหญ่ เริ่มต้นจากรักของสามีภรรยา เมื่อคู่รักสามารถครองชีวิตคู่ได้อย่างมีความสุขก็จะส่งผลไปถึงลูกที่เกิดมา ทั้งหมดนี้เกิดจากความเชื่อฟังให้ความเคารพและความรักต่อกัน ดังพระคำสอนที่ว่า “ฝ่ายบุตรจงนบนอบเชื่อฟังบิดามารดาของตนในองค์พระผู้เป็นเจ้า เพราะกระทำอย่างนั้นเป็นการถูก จงให้เกียรติแก่บิดามารดาของเจ้า นี่เป็นพระบัญญัติข้อแรกที่มีพระสัญญาไว้ด้วย เพื่อเจ้าจะไปดีมาดีและมีอายุยืนนานที่แผ่นดินโลก ฝ่ายท่านผู้เป็นบิดาอย่าข่มบุตรของตนให้เกิดโทสะ แต่จงอบรมบุตรด้วยการสั่งสอน และการเตือนสติตามหลักขององค์พระผู้เป็นเจ้า”^{๔๖} ท่านนักบุญเปาโลเห็นว่าพระบัญญัตินี้ เป็นคำสั่งให้มีความเคารพต่อกันและกันระหว่างสามีภรรยา ระหว่างพ่อแม่กับลูกๆ และท่านยังเห็นถึงหลักการของความแน่นแฟ้นแห่งครอบครัวว่า “เป็นธรรมล้ำลึกอันยิ่งใหญ่”^{๔๗}

สรุปได้ว่า “ด้านการสร้างความสุขและความรักในครอบครัว” ในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าได้ประทาน หลักฆราวาสธรรม ๔ ประการอันมี “ความจริงใจซื่อสัตย์สุจริต ความข่มใจฝึกตน ความอดทนต่อความลำบาก ความเสียสละเอื้อเพื่อ เกื้อกูล” ส่วนในทางคริสตศาสนา พระเยซูคริสต์ได้ประทานหลักธรรมไว้ว่า “จงรัก จงเชื่อฟัง และจงมีความเคารพต่อกัน” หลักธรรมของพระพุทธศาสนากับคริสตศาสนานี้เป็นบ่อเกิดของหลักธรรมอันยิ่งใหญ่ที่สุด คือ “การให้ความรัก” การให้ความรักต่อกันนี้เป็นเหตุเป็นผลให้เกิดการให้อภัย กรุณา ความกตัญญู และความสามัคคีในครอบครัว หลายประการ ดังนี้

๑. สร้างสิทธิเสรีภาพในทางที่ถูก คือ รู้จักเคารพสิทธิของแต่ละคน ไม่ล่วงละเมิดซึ่งกันและกัน

๒. สร้างการสื่อสารที่ดีในการปรับความเข้าใจ คือ รู้จักพูดคุยปรึกษาหารือกันในการแก้ปัญหา

^{๔๕} มธ. ๕:๕.๗-๘.

^{๔๖} อฟ. ๖:๑-๔.

^{๔๗} สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอล ที่ ๒, “สารถึงบรรดาครอบครัว”, (กรุงเทพมหานคร: สุขสำราญการพิมพ์, ๒๕๓๘), หน้า ๗๔.

๓. สร้างความสำนึกให้กับตนเอง คือ รู้จักที่จะคิด พุค และทำอะไรลงไปก่อนที่จะมีผลต่อผู้อื่น

ที่กล่าวมาทั้งหมดเป็นแนวทางในการปฏิบัติตนให้มีความรักความเมตตาที่ดีต่อกัน ไม่เพียงแต่เฉพาะระหว่างคูครองเท่านั้น แต่สามารถที่จะนำไปปฏิบัติกับทุกคนในสังคมที่เราอาศัยอยู่ร่วมกัน เพื่อที่จะทำให้สังคมเต็มเปี่ยมไปด้วยความรักความเมตตาต่อกัน

๔.๓.๒ ด้านการช่วยพัฒนาสังคม

การอยู่ร่วมกันในสังคมมักจะมีปัญหาเกิดขึ้นเสมอ อันเกิดจากการกระทบกระทั่งกัน ทางวาจา ใจ สุดท้ายก็เกิดการเบียดเบียนกัน สังคมที่มีการเบียดเบียนกันนั้น เป็นสังคมที่หาความสุข ความสงบไม่ได้ การปฏิบัติตนให้อยู่ร่วมกันในสังคมให้เป็นระเบียบเรียบร้อย มีความสุข และมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจึงจำเป็นจะต้องมีเมตตาต่อกัน

ในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าได้นำหลักเมตตาธรรมมาบูรณาการใช้ในการอยู่ร่วมกันในสังคมอันมีปรากฏในนามว่า “หลักสังคหวัตถุ” อันเป็นเครื่องสงเคราะห์ซึ่งกันและกัน ช่วยอุ้มชูโลก เปรียบเสมือนลิ้มสลักที่ช่วยยึดกุมรถซึ่งแล่นไปไว้ได้ ประกอบด้วยธรรม ๔ ประการ ได้แก่ ๑. ทาน การให้ ๒. เปยยวัชชะ วาจาเป็นที่รัก ๓. อตถจริยา การประพฤติประโยชน์ ๔. สมานัตตตา การวางตนสม่ำเสมอ^{๔๘} กล่าวโดยอธิบายว่า

๑. ทาน การให้ คือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เสียสละ แบ่งปัน ช่วยเหลือกันด้วยสิ่งของ ตลอดถึงให้ความรู้และแนะนำสั่งสอน^{๔๙} เป็นการผูกใจแสดงออกถึงไมตรีจิต

๒. เปยวาจา คือ วาจาเป็นที่รัก พูดดีมีน้ำใจ ซาบซึ้งใจ คือ กล่าวคำสุภาพไพเราะ อ่อนหวานสมานสามัคคี^{๕๐} เป็นการจงใจให้นิยมยอมตาม เป็นการครองใจคนด้วยไมตรีจิต

๓. อตถจริยา คือ การประพฤติประโยชน์ คือ ขวนขวายช่วยเหลือกิจการ บำเพ็ญสาธารณประโยชน์^{๕๑} เป็นการสร้างมิตรสหาย เป็นการครองใจคนด้วยไมตรีจิต

๔. สมานัตตตา คือ ความมีตนเสมอ คือ ทำตนเสมอดั้นเสมอปลาย ปฏิบัติ

^{๔๘} อภ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๓๒/๕๐.

^{๔๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๘๗.

^{๕๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๘๗.

^{๕๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๘๗.

สม่ำเสมอทั้งในชนทั้งหลาย และเสมอในสุขทุกข์โดยร่วมรับรู้ร่วมแก้ไข^{๕๒} เป็นการทำให้ผู้หลักผู้ใหญ่รัก เอ็นดู เป็นการครองใจผู้หลักผู้ใหญ่ด้วยความอ่อนน้อมด้วยไมตรีจิต

กล่าวได้ว่า “หลักสังคหัตถุ ๔” นี้เป็นหลักธรรมที่ช่วยพัฒนาให้คนในสังคมนั้นมีเมตตาธรรมต่อกัน กล่าวคือ ถ้าคนเราไม่มีจิตเมตตา การให้ การกล่าววาจาดี การบำเพ็ญประโยชน์ การวางตนไม่ถือตัว ไม่เกิดขึ้นแน่นอน การให้นี้ทำให้ผู้อื่นมีความสุข อันนำไปสู่การพุดจกกันด้วยถ้อยคำไพเราะ เมื่อมีการพุดจกกันด้วยถ้อยคำที่น่าฟังเป็นการชักจูงใจให้คนเสียสละบำเพ็ญประโยชน์ส่วนรวม อันนำไปสู่การไม่ถือตัว ถือมานะและทิฐิ สุดท้ายก็ทำให้สังคมเกิดผาสุก กล่าวได้ว่า “สังคหัตถุ ๔” เมื่อตั้งมั่นอยู่ในใจแล้ว ย่อมทำให้คนในสังคมอยู่ในหลักธรรม ๕ ประการ เรียกว่า “ผาสุวิหารธรรม” ได้แก่ ๑. กายกรรมประกอบด้วยเมตตา ๒. วาจากรรมประกอบด้วยเมตตา ๓. มโนกรรมประกอบด้วยเมตตา ๔. มีศีล ที่ไม่ขาด ไม่ด่าง ไม่พร้อย ๕. มีอริยทฤษฎี^{๕๓}

จะเห็นว่า การมีเมตตาต่อกันนั้น ไม่ว่าจะทำอะไรด้วยกาย ย่อมไม่ก่อความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น จะทำอะไรก็สำนึกถึงความเสียหายของผู้อื่น คือ ไม่พุดให้เกิดความเข้าใจผิด หรือแตกแยกความสามัคคี คิดอะไรก็มีแต่ความปรารถนาดี คือ ไม่คิดร้าย คิดทำลาย ไม่คิดแก้แค้น คิดแต่ในทางที่ดีเป็นกุศลเสมอ กล่าวได้ว่า ทำให้คนในสังคมมีศีลบริสุทธิเหมือนกัน ไม่รังเกียจกัน เคารพในสิทธิอันเสมอภาคกัน เป็นการนำความเกื้อกูล ไปสู่ความสุข ความเจริญ ความมีสันติภาพ สุดท้ายก็ก่อให้เกิดสังคมสามัคคีธรรมขึ้น คือ ความพร้อมเพรียงของหมู่คณะ ได้แก่

๑. ความสามัคคีทางกาย คือ ทำงานร่วมกันด้วยความเต็มใจและเสียสละ
๒. ความสามัคคีทางใจ คือ มีความพร้อมใจกันที่จะทำกิจทุกอย่างด้วยความเต็มใจและเสียสละ
๓. ความสามัคคีทางความคิด คือ มีการช่วยกันคิดสร้างสรรค์หาความเจริญให้เกิดขึ้นแก่ส่วนรวม ไม่คิดเห็นแก่ตัว

จะเห็นได้ว่า หลักเมตตาธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงนำมาบูรณาการใช้ในส่วนต่างๆ นั้น จุดประสงค์หลักก็เพื่อพัฒนาสังคมให้เกิดสันติภาพที่แท้จริงและถาวรตลอดไป

ในทางคริสตศาสนา พระเยซูคริสต์ทรงใช้หลักความรัก (เมตตา) ในการแก้ไขปัญหาสังคมต่างๆ พระองค์ทรงนำมาบูรณาการใช้ในการอยู่ร่วมกันในสังคม อันมีปรากฏในนามว่า

^{๕๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๘๗.

^{๕๓} อจ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๐๕/๑๘๒.

“หลักแห่งความยุติธรรมและความเสมอภาค” อันเป็นเครื่องสงเคราะห์ซึ่งกันและกัน ช่วยอุ้มชูโลก ฟังพาทซึ่งกันและกันเปรียบเสมือน เสือฟังป่า เรือฟังน้ำ ดังพระคำสอนว่า “จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง”^{๕๔} เมื่อเรารักเพื่อนบ้านก็ย่อมทำให้สภาพแวดล้อมมีความสงบ เมื่อเกิดความสงบขึ้น ย่อมทำให้คนในสังคมเกิดการแบ่งปันข้าวของซึ่งกันและกันโดยอัตโนมัติ การกล่าววาทาที่ตีงาม ไม่หยาบคายต่อกันก็ตามมา และนำไปสู่การทำให้คนในสังคมยอมเสียสละประโยชน์ส่วนตนเพื่อ บำเพ็ญประโยชน์ส่วนรวม สูดทำยนำไปสู่ความยุติธรรมและความเสมอภาคกัน

กล่าวได้ว่า ความยุติธรรมและความเสมอภาคกันจะเกิดได้ ต้องมีเมตตาอันเป็นฐาน ของการให้อภัย พระเยซูคริสต์ พระองค์จึงได้เสนอ “หลักแห่งการให้อภัย” อันมีหลักเมตตาเป็น ตนแกนนำ คือ มีหลักแห่งเมตตาเป็นหัวใจหลักของหลักแห่งการให้อภัย ดังพระคำสอนว่า “จง รักศัตรูของท่าน และจงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน”^{๕๕} หัวใจแห่งการให้อภัยนั้นประกอบไปด้วย ๑. การมีความอดทน ๒. การมีความกตัญญู ๓. การไม่โอ้อวดตน ๔. การไม่อึดอัดตน ๕. การไม่ หยิ่งผยอง ๖. การไม่เห็นแก่ตัว ๗. การไม่หยาบคาย ๘. การไม่โกรธง่าย ๙. การไม่ผูก ความแค้น ๑๐. การไม่ยินดีในความชั่ว ๑๑. การมีความยินดีในความถูกต้อง ๑๒. การเชื่อใน ความดี ๑๓. การมีความหวัง ไม่สูญเสีย จะเห็นว่า หัวใจของหลักแห่งการให้อภัยนี้เป็นหลักธรรม เสริมสร้างให้เกิดสันติภาพในสังคม อันนำไปสู่การพัฒนาสังคมให้มีความสามัคคีที่เรียกว่า “สังคม แห่งสามัคคีธรรม” ได้แก่

๑. การร่วมมือช่วยกันทำและแก้ไขในเวลาที่มีเหตุร้ายเหตุไม่ดีเกิดขึ้น
๒. การร่วมมือช่วยกันคิดและแก้ไขในเวลาที่มีเหตุร้ายเหตุไม่ดีเกิดขึ้น
๓. การร่วมมือช่วยกัน ทารื้อและแก้ไขในเวลาที่มีเหตุร้ายเหตุไม่ดีเกิดขึ้น

กล่าวได้ว่า หลักแห่งการให้อภัยนี้แฝงไปด้วยความมีใจเมตตา อ่อนโยน และมีใจสงบ รักในสันติ ถึงเวลานั้นสังคมก็จะพัฒนาไปสู่ความเสมอภาค ความยุติธรรม และถือว่าเป็นความ ต้องการของพระเจ้า ดังพระคัมภีร์ว่า “พระองค์ทรงให้ดวงอาทิตย์ของพระองค์ ขึ้นส่องสว่างแก่คน ดีและคนชั่วเสมอกัน และให้ฝนตก แก่คนชอบธรรมและคนอธรรม”^{๕๖}

สรุปได้ว่า “ด้านการช่วยพัฒนาสังคม” นั้น เมื่อเรามาอยู่ร่วมกันเป็นสังคม ปัญหาจะ เกิดตามมาเสมอ ยิ่งสังคมมีขนาดใหญ่ ปัญหาที่จะมีมากและสลับซับซ้อนเป็นเงาตามตัว ปัญหา

^{๕๔} มธ. ๑๕:๑๘.

^{๕๕} มธ. ๕:๔๔.

^{๕๖} มธ. ๕:๔๕.

หนึ่งอาจจะกลายเป็นสาเหตุของอีกหลายปัญหาเกี่ยวโยงกันไปเป็นลูกโซ่ ปัญหานั้นไม่มีวันหมดถ้าเรายังมีชีวิตอยู่ การพัฒนาสังคมให้มีปัญหาน้อยลงนั้นก็มีหลายวิธี แต่การใช้ “หลักเมตตาธรรม” มาช่วยนั้นย่อมมีความสำคัญต่อการพัฒนาสังคมอย่างมาก เพราะเป็นการสร้างสำนึกในหน้าที่ของแต่ละบุคคล อาจกล่าวเป็นข้อ ๆ ได้ดังนี้

๑. ทำให้ปัญหาลดน้อยลงและหมดไปในที่สุด
๒. ป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาในลักษณะเดียวกันนั้นเกิดขึ้นแก่สังคมอีก
๓. ทำให้เกิดความเจริญก้าวหน้าขึ้นมาแทนที่
๔. ทำให้เกิดความเสมอภาค
๕. ทำให้ประชาชนในสังคมมีสามัคคีและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขตามฐานะของแต่ละบุคคล
๖. ทำให้เกิดความเป็นปึกแผ่นมั่นคงในสังคม

กล่าวได้ว่า การพัฒนาสังคมมีขอบเขตกว้างขวาง เพราะปัญหาสังคมมีมากและสลับซับซ้อน การแก้จะต้องทำอย่างรอบคอบและต้องอาศัยความร่วมมือกันของบุคคลจากหลาย ๆ ฝ่าย โดยเฉพาะอย่างยิ่งตัวเรานั้น จะต้องรับรู้ พร้อมทั้งจะให้ข้อมูลที่ถูกต้องและเข้ามามีส่วนร่วมด้วยเสมอ การพัฒนาสังคมจึงจำเป็นต้องใช้หลักความเป็นกลางคือ “เมตตาธรรม” มาสร้างเป็นกระบวนการ วิธีการ วิถีกรรมเปลี่ยนแปลงและแผนการดำเนินงาน กล่าวคือ

๑. กระบวนการ (Process) คือ ต้องกระทำต่อเนื่องกันอย่างมีระบบ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปสู่ลักษณะที่ดีกว่าเดิม
๒. วิธีการ (method) คือ ต้องกำหนดความร่วมมือของประชาชนทุกภาคส่วนกับเจ้าหน้าที่ของรัฐบาล
๓. วิถีกรรมเปลี่ยนแปลง (Movement) คือ การสร้างทัศนคติของคนให้ตั้งอยู่บนฐานความมีเมตตาต่อกัน ในการมีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อผลประโยชน์ของส่วนรวม
๔. แผนการดำเนินงาน (Planning) คือ การเสริมสร้างความมีเมตตาในหน่วยงานต่างๆ ตั้งแต่เล็กจนถึงระดับชาติ

จะเห็นว่าวิธีการต่างๆ นั้น ถ้าใช้หลักเมตตาธรรมแล้ว ย่อมเกิดกระบวนการต่างๆ ในการพัฒนาสังคมไปสู่จุดมุ่งหมายที่ดี เพราะเมตตาเป็นจุดเริ่มต้นของการก้าวกันและกัน

๔.๔ หลักเมตตาธรรมในการเสริมสร้างสันติภาพต่อสังคม

๔.๔.๑ ด้านการช่วยบรรเทาความขัดแย้ง

ในสังคมทุกยุคทุกสมัยล้วนมีความขัดแย้งกันเป็นธรรมดา ถ้าความขัดแย้งนั้นรุนแรงก็มีความเสียหายมาก ไม่รุนแรงก็เสียหายน้อย ความขัดแย้งนั้นมาจากหลายสาเหตุ พุทธตามหลักวิชาการ กล่าวได้ว่า อาจเกิดจากการเสียผลประโยชน์บ้าง การแย่งชิงทรัพยากรบ้าง การถูกข่มเหงรังแกบ้าง ไม่เป็นธรรมบ้าง เป็นต้น

แต่ถ้าพุทธตามหลักศาสนานั้น ความขัดแย้งมาจากสาเหตุเดียว คือ การที่มนุษย์เรานั้นขาดเมตตา คือ ไม่มีความรักต่อกันนั่นเอง กล่าวได้ว่า ความรัก ความมีเมตตา นั้น เป็นตัวยุติความขัดแย้งได้อย่างดีที่สุด พระพุทธเจ้าและพระเยซูคริสต์นั้น พระองค์ทั้งสองถึงไม่ประสูติในยุคเดียวกัน ก็มีหลักธรรมปรากฏ ทรงเน้นให้มนุษย์เรานั้น ใช้หลักเมตตาธรรมระงับความชั่วทั้งหลายเหมือนกัน ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “พึงชนะคนไม่ดีด้วยความดี”^{๕๖} และดังที่พระเยซูคริสต์ตรัสไว้ว่า “จงรักศัตรูของท่าน จงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน”^{๕๗}

ในทางพระพุทธศาสนานั้น มีหลายครั้งที่พระพุทธเจ้าทรงห้ามความขัดแย้งของพระภิกษุและของคฤหัสถ์ ในการห้ามความขัดแย้งของพระองค์แต่ละครั้งนั้น พระองค์ทรงใช้เมตตาเป็นหลัก ดังชาดกเรื่องหนึ่ง มีความโดยสังเขปว่า “ครั้งหนึ่ง ฤๅษีท่านของเจ้าศากยะและเจ้าโกลิยะผู้เป็นพระญาติของพระพุทธเจ้า ปรากฏว่าน้ำท่านาไม่พอ ทำให้คนงานของทั้งสองพระองค์ทะเลาะกันเรื่องน้ำ แล้วก็กล่าวเสียดสีกันและกันว่า ราชานของใครใหญ่กว่ากัน แน่จริงก็เข้ามาสู้ได้ สุดท้ายพระญาติของพระองค์ถึงกับต้องทำศึกเพื่อแย่งชิงกัน จนทำให้พระพุทธเจ้าต้องห้ามแล้วตรัสธรรมอันประกอบด้วยเมตตาว่า ระหว่างน้ำกับชีวิตความเป็นราชาของพวกท่านอันไหนสำคัญกว่ากัน พระญาติตอบว่าชีวิตสำคัญว่า เมื่อพวกท่านรู้อย่างนี้แล้ว ควรแล้วหรือที่พวกท่านจะฆ่ากันเพราะน้ำ” กล่าวได้ว่าพระองค์ทรงเตือนสติของพระญาติให้มีเมตตาต่อกันในการแก้ไขปัญหานั้น เป็นต้น อีกประการหนึ่งว่า ความขัดแย้งนั้น บางครั้งมาจากจุดเล็กๆ แต่ที่ทำให้กลายเป็นเรื่องใหญ่ ก็เพราะเมื่อมันเกิดขึ้นแล้วทำให้คนขาดเมตตาต่อกัน กล่าวได้ว่า สาเหตุหลักของความขัดแย้งที่รุนแรงนั้น คือ การที่คนเราขาดเมตตาธรรมนั่นเอง เมื่อขาดเมตตาก็นำไปสู่การถือทิฐิ ถือมานะในทางที่ผิดเช่นนี้แล้วย่อมก็ก่อให้เกิดอกุศลจิต ๓ ประการ คือ “โลภะ โทสะ

^{๕๖} พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๒๓/๑๐๒.

^{๕๗} มธ. ๕:๔๔.

โมหะ”^{๕๕} ดังซาดกเรื่องอุบาสิกาชื่อบุตราคความว่า “ได้ยินมาว่า นางอุตรา ได้จ้างนางสิริมาให้มาเป็นนางบำเรอของสามีตน ต่อมานางสิริมาเกิดมีจิตวิญญูและมานะว่าตนเองนั้นเป็นใหญ่ คือเป็นเจ้าของเรือน ไม่พอใจในนางอุตรา ความขัดแย้งก็เกิดขึ้น ทำให้นางสิริมาคิดกำจัดนางอุตรา แต่นางอุตราที่ชนะด้วยการใช้เมตตาสยบนางสิริมา สุดท้ายนางสิริมาก็กลับใจเป็นคนดี ได้ไปขอขมานางอุตรา นางอุตราจึงพานางไปเฝ้าพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสวิธีกำจัดความขัดแย้งตามหลักเมตตาธรรมว่า

บุคคลพึงชนะคนโกรธด้วยความไม่โกรธ
 พึงชนะคนไม่ดีด้วยความดี
 พึงชนะคนตระหนี่ด้วยการให้
 พึงชนะคนพูดเหลวไหลด้วยคำสัตย์^{๖๐}

กล่าวได้ว่า พระพุทธเจ้าทรงนำหลักเมตตาธรรมมาประยุกต์ใช้แก้ปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นได้อย่างดี คือ พระองค์นำหลักธรรมมาใช้ตรงกับเหตุที่ตนเอง เหมือนกับการเอาน้ำมาดับไฟหรือหนามขอกเอาหนามบ่ง ดังที่ปรากฏในเบื้องต้นนั้น วิธีการเหล่านี้เป็นแนวทางไปสู่สันติภาพที่มีผลเสียหายน้อยที่สุด ดังความขัดแย้งที่เกิดจากอารมณ์โกรธของคน ถ้าต่างฝ่ายต่างไม่ยอม ความขัดแย้งก็จะไม่จบ ซ้ำยังมีความรุนแรงมากขึ้นไปอีก แต่ถ้าฝ่ายหนึ่งหยุด คือ ไม่โกรธตอบความขัดแย้งก็จะจบลง

จะเห็นว่า การแก้ไขความขัดแย้งนั้นต้องมีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งยอม ความขัดแย้งจึงจะสงบลงได้ พระพุทธองค์ทรงมองเห็นสาเหตุความขัดแย้งได้อย่างแจ่มแจ้ง ทรงใช้หลักเมตตาธรรมมาช่วยทำให้คนกลับมามีสติมีความรู้สึกตัว เมื่อคนมีสติ การแก้ไขปัญหาค่างๆ ก็จะได้ผล ฉะนั้น พระองค์จึงทรงชี้แนะให้เรา นำเมตตาธรรมนี้มาประยุกต์ใช้ในการแก้ปัญหาความขัดแย้ง พอสรุปได้ ๔ วิธี คือ

๑. จงเอาชนะความขัดแย้งที่เกิดจากความโกรธ ด้วยไม่โกรธตอบ
๒. จงเอาชนะความขัดแย้งที่เกิดจากคนไม่ดี ด้วยความดี
๓. จงเอาชนะความขัดแย้งที่เกิดจากความตระหนี่ ด้วยการให้
๔. จงเอาชนะความขัดแย้งที่เกิดจากคำพูดเหลวไหลด้วยคำสัตย์

^{๕๕} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๕๕.

^{๖๐} พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๒๓/๑๐๒, คูรายละเอียดยใน พุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๒/๑/๒/๔๔๑-๔๔๗.

ในทางคริสตศาสนา พระเยซูคริสต์นั้น ถือว่าพระองค์เป็นแบบอย่างของการใช้หลักแห่งเมตตาในการแก้ไขปัญหาคความขัดแย้ง พระองค์เห็นว่าความขัดแย้งนั้นมีความสัมพันธ์กับอารมณ์โกรธของมนุษย์ ทำให้จิตใจมืดมิด กล่าวคือ ในชีวิตของคนเรานั้นมีความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกัน อาจมีความผิดพลาดเกิดขึ้นได้เสมอ ฝ่ายหนึ่งอาจทำให้อีกฝ่ายหนึ่งโกรธ หรือ เสียใจ และทำให้รู้สึกเจ็บปวดได้บ่อยๆ เป็นทุกข์ เกลียดเคัน ขึ้นมาในจิตใจ หากไม่มีการให้อภัยต่อกันและกัน ก็จะเกิดความขมขื่นฝังลึกและกีดกร่อนความสัมพันธ์ให้เกิดความขัดแย้ง และฝ่ายที่เจ็บปวดต้องทำความเข้าใจเหตุผลและข้อจำกัดของฝ่ายแรก พร้อมทั้งจะให้อภัยและให้อีกฝ่ายแรก ในการยุติปัญหา ก็ต้องเสียสละฝ่ายหนึ่ง การให้อภัยและคืนดีกันเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้ความสัมพันธ์ดีขึ้น ทำให้คนในสังคมมีความรักต่อกัน

พระเยซูคริสต์ พระองค์ทรงทราบปัญหาและวิธีแก้ปัญหาอย่างรอบคอบและผลข้างเคียงที่จะตามมาอย่างแจ่มแจ้ง พระองค์จึงเสนอให้คนเรานั้นใช้หลักแห่งเมตตา ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์ คริสตธรรมว่า “ท่านทั้งหลายได้ยินคำซึ่งกล่าวไว้ว่า ตาแทนตา และฟันแทนฟัน ฝ่ายเรอบอกท่านว่า อย่าต่อสู้คนชั่ว ถ้าผู้ใดตบแก้มขวาของท่าน ก็จงหันแก้มซ้ายให้เขาด้วย ถ้าผู้ใดอยากจะฟ้องศาล เพื่อจะปรับเอาเสื้อของท่านไป ก็จงให้เสื้อคลุมแก่เขาเสียด้วย ถ้าผู้ใดจะเกณฑ์ท่านให้เดินทางไปหนึ่งกิโลเมตร ก็ให้เลยไปกับเขาถึงสองกิโลเมตร ถ้าเขาจะขอสิ่งใดจากท่าน ก็จงให้อย่างเมินหน้าจากผู้ที่อยากขอยืมจากท่าน”^{๖๑}

จะเห็นว่า องค์ประกอบที่สำคัญของหลักเมตตาธรรมในการยุติความขัดแย้ง คือ การยอมอุทิศตน ยอมเสียสละให้อีกฝ่ายหนึ่งชนะ ซึ่งทำได้ยากยิ่ง แต่หลักแห่งเมตตาจะคงที่และออกงามไม่ได้ การยอมอุทิศตน คือ ยอมเสียสละ จะช่วยให้ความสัมพันธ์ดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคง แม้จะมีความทุกข์ ความขัดแย้ง หรือความผิดหวังเกิดขึ้นกับอีกฝ่ายหนึ่ง การยอมอุทิศตนนั้น หมายถึงการอดทนต่อความยากลำบากที่เกิดขึ้นเป็นการให้อภัยอย่างหนึ่ง ฉะนั้น ผู้ที่เข้าถึงหลักแห่งเมตตาอย่างแท้จริง จะมีความรู้สึกทางอารมณ์อย่างหนึ่งที่เขาเรียกว่า “ความบริสุทธิ์ทางจิตใจ” ดังคำพรรณนาความรักในจดหมายของนักบุญเปาโลซึ่งมีไปถึงชาว โครินธ์ฉบับที่ ๑ บทที่ ๑๓ ว่า “ความรักนั้นก็อดทนนานและกระทำคุณให้ ความรักไม่อิจฉา ไม่อวดตัว ไม่หยิ่งผยอง ไม่หยาบคาย ไม่คิดเห็นแก่ตนเองฝ่ายเดียว ไม่ฉุนเฉียว ไม่ช่างจดจำความผิด ไม่ชื่นชมยินดีเมื่อมีการ

^{๖๑} มธ. ๕:๓๘-๔๒.

ประพศิตคิด แต่ชื่นชมยินดีเมื่อประพศิตชอบ ความรักทนได้ทุกอย่างแม้ความผิดของคนอื่น และเชื่อในส่วนดีของเขาอยู่เสมอ และมีความหวังอยู่เสมอ และทนต่อทุกอย่าง”^{๖๒}

กล่าวได้ว่า วิถีทางที่จะทำให้ความสัมพันธ์ในสังคมดำเนินไปด้วยดี และหากความสัมพันธ์ในสังคมมีปัญหาความขัดแย้ง การมีหลักแห่งเมตตาที่ช่วยเหลือแก้ปัญหา หลักแห่งเมตตาไม่ใช่การโยนความคิดให้อีกฝ่ายหนึ่ง หรืออีกฝ่ายหนึ่งต้องเจ็บช้ำ หลักแห่งเมตตาเวลานำมาประยุกต์และบูรณาการให้เป็นเช่นนั้นไม่ หลักแห่งเมตตานั้นไม่ทำให้อีกฝ่ายหนึ่งเจ็บช้ำแน่นอน เพราะเป็นการยอมเสียสละบางสิ่งที่ได้ยากยิ่งเท่านั้น เป็นแนวทางที่ทำความขัดแย้งสงบได้อย่างถาวร และพระเจ้าก็ทรงสรรเสริญอย่างยิ่ง ดังพระวาทะของพระเยซูคริสต์ว่า “จงรักศรัทธาของท่าน และจงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน ทำดังนี้แล้ว ท่านทั้งหลายจะเป็นบุตรของพระบิดาของท่านผู้ทรงสถิตในสวรรค์ เพราะว่าพระองค์ทรงให้ดวงอาทิตย์ของพระองค์ขึ้นส่องสว่างแก่คนดีและคนชั่วเสมอกัน และให้ฝนตกแก่คนชอบธรรมและคนอธรรม แม้ว่าท่านรักผู้ที่รักท่าน จะได้บำเหน็จอะไร ถึงพวกเก็บภาษีก็ขังกระทำอย่างนั้นมิใช่หรือ ถ้าท่านทักทายแต่พี่น้องของตนฝ่ายเดียว ท่านได้กระทำอะไรเป็นพิเศษยิ่งกว่าคนทั้งปวงเล่า ถึงคนต่างชาติก็กระทำอย่างนั้นมิใช่หรือ เหตุฉะนั้น ท่านทั้งหลายจงเป็นคนดีรอบคอบ เหมือนอย่างพระบิดาของท่าน ผู้ทรงสถิตในสวรรค์เป็นผู้ดีรอบคอบ”^{๖๓}

สรุปได้ว่า “ด้านการช่วยยุติความขัดแย้ง” เหตุเพราะความขัดแย้งมักเริ่มจากสองคน แล้วกลายเป็นสามจนถึงสังคมหมู่มากในมิติต่างๆ เช่น ความขัดแย้งในครอบครัว ความขัดแย้งในสถาบัน ความขัดแย้งระหว่างประเทศ ความขัดแย้งนั้น เป็นสิ่งที่ไม่สิ้นสุดตราบไต่ที่มนุษย์ยังมีกิเลสอยู่ เมื่อมนุษย์ยังมีกิเลสก็จะไม่รู้ถึงวิธีการระงับความขัดแย้งที่แท้จริง พระพุทธเจ้าจึงตรัสวิธียุติความขัดแย้งว่า “บุคคลพึงชนะคนโกรธด้วยความไม่โกรธ พึงชนะคนไม่ดีด้วยความดี พึงชนะคนตระหนี่ด้วยการให้ พึงชนะคนพูดเหลวไหลด้วยคำจริง”^{๖๔} และพระคริสต์ก็ตรัสว่า “อย่าต่อสู้คนชั่ว ถ้าผู้ใดตบแก้มขวาของท่านก็จงหันแก้มซ้ายให้เขาด้วย”^{๖๕} จงรักศรัทธาของท่านจงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน”^{๖๖} จะเห็นว่า คำสอนของสองพระองค์ก่อให้เกิดวิธีการต่างๆ ที่ใช้กันอยู่ คือ

๑. ก่อให้เกิดขบวนการสันติวิธี

^{๖๒} ๑ คร. ๑๓:๔-๗.

^{๖๓} มธ. ๕:๔๔-๔๘.

^{๖๔} พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๒๓/๑๐๒, พุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๒/๑/๒/๓/๔๔๗.

^{๖๕} มธ. ๕:๓๙.

^{๖๖} มธ. ๕:๔๔.

๒. ก่อให้เกิดการยอมรับ

๓. ก่อให้เกิดสร้างความเชื่อมั่น

๔. ก่อให้เกิดการอดกลั้น

๕. ก่อให้เกิดการประนีประนอม

ดังนั้น พระพุทธศาสนากับคริสต์ศาสนา จึงเสริมสร้างให้มนุษย์แก้ไขความขัดแย้งโดยใช้หลักแห่งเมตตาตามประยุกต์และบูรณาการใช้เพื่อยุติปัญหา

๔.๔.๒ ด้านการช่วยสร้างความยุติธรรม

ในสังคมแต่ละยุคไม่ว่าในสมัยก่อนหรือปัจจุบัน ย่อมมีปัญหาเกิดขึ้นทั้งนั้น ปัญหาการขาดความยุติธรรมก็เช่นกัน ล้วนเกิดจากการกระทำของมนุษย์เราเองตามอำนาจกิเลสตัณหาของแต่ละคน ความไม่ยุติธรรมนั้น ถ้าเกิดจากผู้มีอำนาจก็จะส่งผลให้เกิดความเสียหายอย่างมาก องค์ศาสดาทั้งหลายทรงเห็นความเสียหาย จึงได้หาวิธีการแก้ไขต่างๆ และพบว่าเมตตาสามารถแก้ไขความไม่ยุติธรรมที่เกิดจากจิตใจคนได้จริง

ในทางพระพุทธศาสนา เมื่อพระพุทธองค์ทรงละกิเลสตัณหาที่มีอยู่ในตัวตนได้แล้ว คือ หลุดพ้นจากการควบคุมของความโลภ ความโกรธ และความหลง พระองค์ได้ประจักษ์ความจริงของธรรมะซึ่งอธิบายได้ตามกฎของธรรมชาติว่า ปัญหาต่างๆ มีสาเหตุและมีทางดับได้ทันนั้น เรียกว่า อริยสัจ ๔ ประการคือ ๑. ทุกข์ คือ ความทุกข์ทางกาย ทางใจ ๒. ทุกขสมุทฺยอริยสัจ คือ ตัณหาเป็นเหตุเกิด มีกามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา ๓. ทุกขนิโรธอริยสัจ คือ ความดับกิเลส ไม่เหลือด้วยวิราคะ ความปล่อยวาง ความสละ ถีน ความพ้น ความไม่ติด ๔. ทุกขนิโรธคามินี-ปฏิบัติทอริยสัจ คือ อริยมรรคมีองค์ ๘^{๖๖} เนื่องจากเหตุนี้เอง พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงได้ถูกยกย่องว่าเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน และเป็นผู้ที่เข้าใจกฎแห่งธรรมชาติตามความเป็นจริง จึงทำให้พระองค์เกิดความเมตตาต่อสัตว์ทั้งหลาย ที่จะสั่งสอนผู้คนให้พ้นจากความทุกข์

พระพุทธองค์ทรงแลเห็นว่า บุคคลใดมีศีลอยู่กับตนเอง ความยุติธรรมก็มีกับตนเองด้วย เพราะกฎหมายที่แท้จริงก็คือ เหตุผลที่ถูกต้องตามหลักเมตตาธรรม คือ จะต้องประกอบด้วยหลักศีลธรรม ได้แก่ ศีล ๕ มีการเว้นจากการฆ่า เป็นต้น เป็นความยุติธรรมและความเสมอภาค คือ รากฐานแห่งความยุติธรรมสำหรับมวลมนุษย์ทั้งหลาย

^{๖๖} คูราละเอียคใน ที.ม (ไทย) ๑๐/๓๘๓-๔๐๒/๓๒๔-๓๓๕.

หลักเมตตาธรรมเกิดขึ้น ก็เพราะว่าสังคมาศีลธรรม ถ้าบุคคลทุกคนมีศีลธรรมอยู่ในตนเองแล้ว ปัญหา และความวุ่นวายต่างๆ ก็จะไม่เกิดขึ้น จึงไม่จำเป็นต้องมีหลักธรรม แต่เพราะสังคามีปัญหาจึงจำเป็นต้องมีเครื่องมือมาช่วยในการแก้ปัญหา พระพุทธองค์จึงเสนอหลักเมตตาธรรมมาใช้สร้างคามยุติธรรม เพราะเมตตานี้ประกอบด้วยหลักศีลธรรมเป็นแกนค้ำยันการก่อให้เกิดสังคามีความสงบสุขมากที่สุด

ศีลธรรม ถือว่าเป็นคุณธรรมพื้นฐานของชีวิต ถ้าผู้ใดมีเมตตาธรรมอยู่ในตนเอง ประกอบอาชีพด้วยอาศัยหลักศีลธรรม สังคมก็就会有ความสงบสุขและถือเป็นการแสวงหาความสุขที่ถูกต้อง ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “ผู้ใดใฝ่หาความสุขเพื่อตน ไม่ใช่ทำอนันต์ทำร้ายสัตว์ทั้งหลายผู้รักสุข ผู้นั้นตายไปแล้วย่อมได้รับความสุข”^{๖๘} ดังนั้น พระพุทธองค์จึงใช้เมตตาในการเสริมสร้างสังคมาให้เกิดความยุติธรรมในด้านต่างๆ ดังนี้

๑. ผลตอบแทนที่จะได้รับ พระพุทธองค์ตรัสสอนไว้ว่า “คนทำดีย่อมได้ดี ทำชั่วย่อมได้ชั่ว”^{๖๙} เป็นหลักธรรมที่นำมาประยุกต์ใช้ได้ในชีวิตของคนในสังคมา ไม่ว่าใครจะใหญ่หรือเล็กมาจากไหนก็ตายเหมือนกัน ตอนตายก็เอาอะไรไปไม่ได้ เอาไปได้แค่ผลบุญและผลกรรม เมื่อคิดเช่นนี้แล้วย่อมสามารถช่วยให้คนในสังคมนั้น เกิดการตระหนักรู้ว่าไม่ควรทำความชั่วหรือเอาใจเอารัดเอาเปรียบกัน ช่วยทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล หรือกลุ่มต่างๆ ในสังคมนั้น มีข้อตกลงระหว่างกันและกัน บนความยุติธรรมถูกต้องและเท่าเทียมกัน

๒. การแบ่งปัน คือ พระพุทธองค์ทรงสอนให้คนเรานั้นรู้จักเสียสละทรัพย์ของตนเล็กๆ น้อยๆ เพื่อผู้อื่นบ้าง เรียกว่า จาคะ^{๗๐} หมายถึง การบริจาคตนเอง กล่าวโดยรวม คือ การสละสิ่งของและความสุขส่วนตัวเพื่อประโยชน์สุขแก่ผู้อื่น หมายถึง การสละละทิ้งกิเลสทั้งหลาย มีความโลภ ความเห็นแก่ตัว ความตระหนี่ ความใจแคบ ตลอดจนความประพฤติน่าเกลียดที่ทำให้เกิดความเสียหายต่อตนเองและผู้อื่น เป็นต้น เป็นหลักเมตตาธรรมที่เป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติมองเห็นและมีใจเอื้ออาทรต่อความทุกข์ยากของผู้อื่น สรุป คือ เมตตาธรรมทำให้คนในสังคมาไม่เห็นแก่ตัว มีใจเอื้อเพื่อแผ่ด้วยความเห็นอกเห็นใจ เป็นคนชอบใจ เมื่อคนสังคมารู้จักแบ่งปันสันติภาพย่อมเกิดขึ้น

^{๖๘} พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๓๒/๗๓.

^{๖๙} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๕๖/๓๗๔.

^{๗๐} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๕๖/๓๕๔.

๓. กฏระเบียบ คือ เมตตาคารมเป็นหลักธรรมที่ประกอบด้วยหลักศีลธรรมนั้นคือ ศีล ๕ ได้แก่ ๑. ปาณาติปาตา เวรมณี เจตนาจเว้นจากการฆ่าสัตว์ ๒. อทินนาทานา เวรมณี เจตนาจเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้ ๓. กามสุมิฉฉาจารา เวรมณี เจตนาจเว้นจากการประพฤติดิในกาม ๔. มุสาวาทา เวรมณี เจตนาจเว้นจากการพูดเท็จ ๕. สุราเมรยมัชช-ปมาทัฏฐานา เจตนาจเว้นจากการเสพของมีนเมา คือ สุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาท^{๑๑}

ทั้งหมดนี้ถือเป็นกฎหมายที่มีหลักธรรมชำระพฤติกรรมของคนในสังคมให้อยู่บนฐานความยุติธรรม ไม่น้อมเอียงเกี่ยวข้องกับทางแห่งความชั่วและผู้ที่ยึดถือปฏิบัติหลักเมตตา ผู้นั้นถือว่ามีศีลธรรม คือ ผู้ที่มีคุณธรรมนั่นเอง นี่คือนิยามที่ทำความเข้าใจกับการอยู่ร่วมกันในสังคมเป็นไปด้วยความยุติธรรม จึงกล่าวได้ว่า เมตตาคารมสามารถที่จะเสริมสร้างให้สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีสันติและเสริมสร้างให้เกิดความยุติธรรมอย่างแท้จริง

กล่าวคือ การตั้งอยู่บนความยุติธรรม ก็คือการที่มนุษย์ตั้งอยู่บนศีลธรรมอันมีศีล ๕ เป็นต้น ของพระพุทธเจ้า นั่นก็คือ การที่มนุษย์มีใจเมตตาต่อเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุขในโลก เหมือนกับมีเมตตาต่อตนเอง ฉันทิ เมตตาคารมก็ก่อให้เกิดคนในสังคมมีสันติภาพ มีความยุติธรรม ฉันทิ

ในทางคริสตศาสนา พระเยซูคริสต์นั้น ชีวิตของพระองค์เกิดมาเพื่อช่วยเหลือคนให้ได้รับความรักของพระเจ้า พระองค์จึงเสด็จเที่ยวเสริมสร้างหลักความรักให้เกิดความยุติธรรมกับสังคม ดังพระคำสอนที่ว่า “จงรักศัตรูของท่าน และจงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน”^{๑๒} จะเห็นว่า พระองค์ไม่ได้สอนให้อ่อนแอ หรือยอมแพ้ต่อคนชั่ว แต่พระองค์มองเห็นว่า ถ้ามีวักแค้นต่อกัน ความสงบจะไม่เกิดขึ้น การที่ผู้ใดผู้หนึ่งยอมแพ้ความยุติธรรมเกิดขึ้นได้ชั่วคราวเท่านั้น แต่เมื่อผู้ใดละการพยายามทออาฆาต ความยุติธรรมก็เกิดขึ้นอย่างแท้จริง

ความยุติธรรมเชิงสัมพันธ์กับความรักนั้น มองได้หลายแง่ กล่าวคือ การมีสัมพันธ์ภาพอย่างมีคุณภาพที่ถูกต้อง สร้างสรรค์ และมีเสรีภาพอันมีหลักความดีเป็นฐาน ในระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ มนุษย์กับธรรมชาติ และมนุษย์กับพระเจ้า ดังนั้น หลักความรักในการเสริมสร้างสังคมให้เกิดความยุติธรรมที่พระองค์ใช้ในด้านต่างๆ ได้แก่

^{๑๑} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๕/๓๐๒.

^{๑๒} มธ. ๕:๔๔.

๑. ผลตอบแทนที่จะได้รับ พระเยซูคริสต์ตรัสว่า “บุคคลผู้ใดมีใจอ่อนโยน ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้รับแผ่นดินโลกเป็นมรดก บุคคลผู้ใดมีใจกรุณา ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้รับพระกรุณาตอบ บุคคลผู้ใดมีใจบริสุทธิ์ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาได้เห็นพระเจ้า บุคคลผู้ใดสร้างสันติ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าพระเจ้าจะทรงเรียกเขาว่าเป็นบุตร”^{๑๓} นี่เป็นผลตอบแทนที่จะได้รับ บนความยุติธรรมที่มีความสัมพันธ์กับหลักแห่งความรักของพระเจ้า แสดงให้เห็นว่าหลักเมตตาธรรมสามารถมาประยุกต์ใช้ได้ในชีวิตของคนในสังคมเพื่อให้สังคมเห็นว่า การเป็นคนดีมีใจอ่อนโยนกรุณานั้นไม่สูญเปล่า บุคคลผู้ใดทำอะไรไว้ ย่อมได้รับผลตอบแทน หลักธรรมนี้สามารถช่วยให้คนในสังคมนั้นเกิดความรักความสามัคคีกันได้ เป็นความยุติธรรมและเท่าเทียมกัน

๒. การแบ่งปัน ก็คือการเสียสละสิ่งของหรือความสุขส่วนตัวเพื่อส่วนร่วม เป็นความยุติธรรมที่อยู่ในความสัมพันธ์ของสังคมส่วนใหญ่ ที่มีส่วนช่วยเหลือและแบ่งปันทรัพย์สิน วิทยาการต่างๆ แก่คนที่อยู่ในสังคม ความยุติธรรมในการแบ่งปันนี้ มีพื้นฐานความคิดมาจากเรื่องความดีที่มีอยู่ในตัว โดยการเอาความดีของตนเองไปให้กับส่วนรวมหรือคุณประโยชน์ของส่วนรวม ดังพระคำสอนที่ว่า “ถ้าเขาจะขอสิ่งใดจากท่าน ก็จงให้อย่าเมินหน้าจากผู้ที่อยากขอยืมจากท่าน”^{๑๔} ความยุติธรรมในการแบ่งปันนี้ มีความหมายที่ลึกซึ้ง นั่นคือ การแบ่งปันด้วยไม่คิดเอาเปรียบหรือหวังสิ่งตอบแทน ดังพระเยซูคริสต์ที่พระองค์ทรงแบ่งปันความรักของพระเจ้าให้กับมนุษย์ที่มีความทุกข์ มีตามีคอบอดด้วยการทรงรักษาและชี้แนะ คือ แบ่งปันความรักเพื่อเอาชนะความชั่ว ดังพระคำสอนที่ว่า “อย่าต่อสู้คนชั่ว ถ้าผู้ใดตบแก้มขวาของท่าน ก็จงหันแก้มซ้ายให้เขาด้วย”^{๑๕} ความยุติธรรมในลักษณะนี้ เป็นบ่อเกิดแห่งความยุติธรรมในสังคมอย่างแท้จริง

๓. กฎหมาย คือ สังคมนั้นจะต้องมีองค์ประกอบของความยุติธรรมบนหลักแห่งเมตตา ดังพระคัมภีร์ที่ว่า “จงให้เกียรติแก่บิดามารดาของเจ้า ... อย่าฆ่าคน อย่าล่วงประเวณีผิดเมียเขา อย่าลักทรัพย์ อย่าเป็นพยานเท็จใส่ร้ายเพื่อนบ้าน อย่าโลภภรรยาของเพื่อนบ้าน และอย่าอยากได้บ้านของเพื่อนคือไร่นา ทาส ทาสี วัว ลา หรือสิ่งใดๆ ซึ่งเป็นของของเพื่อนบ้าน”^{๑๖} นี่เป็นหลักแห่งความยุติธรรมในการดำรงความสัมพันธ์ที่ถูกต้องของบุคคลระหว่างบุคคล กลุ่มบุคคลต่างๆ ในทุกภาคส่วนของสังคม จะเห็นได้ว่า ความยุติธรรมในสังคม คือ การที่มนุษย์อยู่ได้ก็อยู่คนเดียวด้วยกัน ยอมรับ เคารพและปฏิบัติซึ่งกันและกัน บนฐานความรักของพระเจ้า เพื่อนำมาซึ่งความยุติธรรมใน

^{๑๓} มธ. ๕:๕,๗-๙.

^{๑๔} มธ. ๕:๔๒.

^{๑๕} มธ. ๕:๓๙.

^{๑๖} อพย. ๒๐:๑๒-๑๗.

การแบ่งปัน การช่วยเหลือกัน อันจะทำให้มนุษย์ดำรงชีวิตอย่างมีสันติภาพ ทั้งในด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคม และจารีตประเพณีรวมถึงวัฒนธรรม

กล่าวได้ว่า การตั้งอยู่บนความยุติธรรม เหมือนกับการที่มนุษย์ตั้งอยู่บนความรักของพระเจ้า นั่นก็คือ การที่มนุษย์รักพระเจ้าและรักเพื่อนมนุษย์ร่วมโลกเหมือนกับรักตนเอง ฉะนั้น หลักแห่งความรักก็ก่อให้เกิดสังคมมีสันติภาพมีความยุติธรรม ฉะนั้น

สรุปได้ว่า “ด้านการช่วยสร้างความยุติธรรม” หลักเมตตาธรรม ก่อให้เกิดระบบทุนนิยมที่มีการนำหลักเมตตาธรรมเข้ามาใช้ในการดำเนินชีวิต เช่น การค้าขาย การผลิตสินค้าที่ไม่ส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม รู้จักใช้ทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่อย่างคุ้มค่า และรู้จักสร้างทดแทนทรัพยากรที่เสียหายไป การค้าขายที่ไม่เอาเปรียบซึ่งกันและกัน ให้ความสำคัญกับผู้คนในทุกๆ ระดับอย่างเท่าเทียมกัน อันก่อให้เกิดการเกื้อกูลต่อกันด้วยไมตรีจิต

ในวิถีชีวิตของสังคม ทุกคนดำเนินธุรกิจโดยมีผลกำไรเป็นเป้าหมายสูงสุดด้วยกันทั้งนั้น ผลกำไรนั้น ไม่ได้เป็นสิ่งชั่วร้าย ถ้าเรารู้จักแบ่งปันผลกำไรนั้นให้กับผู้คนรอบๆ ข้างแต่ถ้าเรายึดถือหลักเมตตาธรรมและปฏิบัติได้ตามหลักเมตตาธรรม กล่าวคือ “รู้จักแบ่งปันผลกำไร รู้จักแบ่งปันความสุขให้แก่กันในสังคม” เพื่อเจือจุนอีกธุรกิจหนึ่งให้ดำเนินไปได้ ทำได้เช่นนี้สังคมจะมีแต่ความยุติธรรม ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า “ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพ เป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันเดียวกัน”^{๓๖} และดังพระวจนะของพระเยซูคริสต์ที่ว่า “บุคคลผู้ใดมีใจอ่อนโยน ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้รับแผ่นดินโลกเป็นมรดก บุคคลผู้ใดมีใจกรุณา ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้รับพระกรุณาตอบ บุคคลผู้ใดมีใจบริสุทธิ์ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้เห็นพระเจ้า บุคคลผู้ใดสร้างสันติ ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าพระเจ้าจะทรงเรียกเขาว่าเป็นบุตร”^{๓๗} เมื่อเรานำหลักเมตตาธรรมมาปลูกฝังให้แก่สังคมตามแนวทางดังกล่าว ก็จะกลายเป็นการเสริมสร้างหลักเมตตาธรรมให้กลายเป็นวัฒนธรรมแห่งความสงบสุขความยุติธรรมของสังคมไปในที่สุด

๔.๔.๓ ด้านการช่วยบรรเทาภัยพิบัติธรรมชาติ

ชีวิตของเราทุกคนบนโลกนี้ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพึ่งพาอาศัยสิ่งแวดล้อม มีดิน น้ำ ลม ไฟ หรือเรียกว่า ธาตุทั้ง ๔ ทั้งที่เกิดเองโดยธรรมชาติและมนุษย์สร้างขึ้น ก่อเกิดเป็นระบบสังคมและวัฒนธรรมของการดำรงชีวิต สิ่งแวดล้อมจึงมีความสำคัญกับทุกสิ่งทุกอย่างบนพื้นโลก

^{๓๖} อ.จ.ภ.ก. (ไทย) ๒๒/๑๒/๔๒๖.

^{๓๗} มธ. ๕:๕.๗-๘.

ที่สัตว์มีชีวิตอาศัยอยู่ เมื่อเราได้ศึกษาสิ่งแวดล้อมของเรานานโลกใบนี้ เราก็จะพบว่า บริเวณที่เราอาศัยอยู่นี้เคยอุดมสมบูรณ์ด้วยทรัพยากรธรรมชาติ ซึ่งเกื้อหนุนให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ตลอดมา แต่ในปัจจุบันนี้กลับได้ปรากฏว่า ความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติลดน้อยลง และทุกสิ่งทุกอย่างรอบตัวเรตกอยู่ในสภาพของความเสื่อมโทรมอย่างเห็นชัด ที่เป็นอย่างนี้ ผู้วิจัยกล่าวได้ว่า สาเหตุก็มาจากการที่มนุษย์นั้นขาดเมตตาต่อธรรมชาตินั่นเอง จึงทำให้มนุษย์มีความโลภเห็นแก่ได้ ไม่คำนึงถึงผลเสียที่จะตามมา ถึงแม้ว่าจะมีมนุษย์มากขึ้นก็ตาม แต่ถ้ามนุษย์มีเมตตาต่อธรรมชาติ ธรรมชาติก็มีเมตตาต่อเรา

ในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าไม่สอนให้ทำลายธรรมชาติ ทรงบัญญัติพระวินัยว่าด้วยการห้ามทำลายธรรมชาติ ดังความในพระไตรปิฎกว่า ภิกษุสำคัญเป็นพืชพันธุ์ ัตถ หรือใช้ให้ตัด ทำลายหรือใช้ให้ทำลาย ดัม หรือใช้ให้ดัม ต้องอาบัติ^{๗๕} กล่าวได้ว่า กฎข้อบัญญัตินี้ พระพุทธเจ้าทรงแลเห็นคุณค่าของธรรมชาติว่า เป็นสิ่งมีชีวิตชนิดหนึ่งที่ทำให้ประโยชน์แก่มนุษย์ ถ้ามนุษย์รู้จักมีเมตตาต่อธรรมชาติมีต้นไม้นี้ เป็นต้น นี้ถือเป็นขั้นตอนแรกของการเสริมสร้างเมตตาต่อกับสิ่งที่เป็นธรรมชาติ ถึงแม้ว่าพืชจะไม่มีวิญญาณแบบสิ่งมีชีวิตอย่างสรรพสัตว์มีมนุษย์เป็นต้นก็ตาม แต่พืชก็มีชีวิตดิ้นรนอย่างหนึ่ง เหตุที่โลกเกิดภัยพิบัติทางธรรมชาติในปัจจุบันนี้ กล่าวตามนักทฤษฎีได้ว่า เป็นเพราะมนุษย์ทำลาย ไม่รักษาธรรมชาติ เอามาใช้อย่างไม่ฟังเพื่ออันมาจากการที่มนุษย์มีความโลภ เห็นแก่ได้อย่างเดียว

จากที่กล่าวมาแสดงให้เห็นว่า เป็นเพราะมนุษย์ขาดเมตตาต่อธรรมชาติเป็นหลัก มักคิดว่าธรรมชาตินั้นเป็นสิ่งที่ถูกสร้างมาเพื่อให้มนุษย์เอามาใช้ แต่หารู้ไม่ว่า ธรรมชาตินั้นถูกสร้างขึ้นมาเพื่อให้มนุษย์อยู่รอด เพราะธรรมชาตินั้นสามารถสร้างออกซิเจนให้มนุษย์ได้หายใจ ป้องกันภัยพิบัติต่างๆ การจะทำให้ธรรมชาตินั้นอยู่ได้ไม่ใช่แค่อนุรักษ์หรือปลูกทดแทนเพียงอย่างเดียว เพราะถือว่าเป็นเหตุอันปลาย ฉะนั้นการมีเมตตาต่อธรรมชาติ คือ รู้จักพอ รู้จักเห็นคุณค่าที่แท้จริง และให้ถือว่าเป็นสิ่งที่อยู่ร่วมโลกกับเรา เมื่อมนุษย์มีใจเมตตาต่อธรรมชาติแล้ว เมื่อนั้นความถาวรในการรักษาธรรมชาติ จึงจะเกิดขึ้น

หลักเมตตาธรรมจึงถือ เป็นคุณความดี ที่ทำให้จิตใจมนุษย์เปิดกว้าง พ้นจากการเห็นแก่ได้และยังขยายไปถึงความรู้สึกที่เห็นอกเห็นใจแผ่ไปถึงสรรพสัตว์และแผ่ไปทั่วโลก เมื่อจิตหลุด

^{๗๕} วิ.มหา. (ไทย) ๒/๕๒/๒๗๕.

พ้นจากการยึดติดในกิเลสตัณหาอันมีตัวตนแล้ว ก็พร้อมที่จะรับและเปิดโอกาสให้ความเจริญงอกงามด้านสันติภาพกับธรรมชาติ ดังธรรมภาษิตที่กล่าวไว้ว่า “เมตตา เป็นเครื่องค้ำจุนโลก”^{๘๐}

ในทางคริสตศาสนา พระเยซูคริสต์ไม่เคยสอนให้คนเราทำลายธรรมชาติ มีการตัดต้นไม้เป็นต้น ในพระคัมภีร์พระองค์ทรงตรัสสอนไว้ตอนหนึ่ง ว่าด้วยการสั่งสมสมบัติที่แท้จริงนั้นต้องเป็นสมบัติที่สามารถเอาไปได้ คือ พระองค์เปรียบทรัพย์สมบัติที่เป็นอสังหาริมทรัพย์และสังหาริมทรัพย์ ว่าเป็นสมบัติที่ตายไปแล้วเอาไปอยู่บนสวรรค์ไม่ได้ กลายเป็นแค่สนิมมีแมลงกัดกินเป็นต้น ดังพระคัมภีร์ว่า “อย่าสั่งสมทรัพย์สมบัติไว้สำหรับตัวในโลก ที่อาจเป็นสนิมและที่แมลงกัดกินเสียได้ และที่ขโมยอาจขูดช่องลักเอาไปได้ แต่จงสั่งสมทรัพย์สมบัติไว้ในสวรรค์ ที่ไม่มีแมลงจะกินและไม่มีสนิมจะกัด และที่ไม่มีใครขโมยขูดช่องลักเอาไปได้ เพราะว่าทรัพย์สมบัติของท่านอยู่ที่ไหน ใจของท่านก็อยู่ที่นั่นด้วย”^{๘๑} เป็นหลักธรรมอย่างหนึ่งที่พระองค์ทรงสอนให้คนเรานั้นไม่ให้มีความโลภ ให้ละความเห็นแก่ได้ กล่าวได้ว่า การสั่งสมทรัพย์สมบัติทุกวันนี้ก็มาจากการเอาธรรมชาติมาใช้นั่นเอง โดยการเอาธรรมชาติมาใช้บุกแปรรูปให้เป็นวัตถุคิดต่างๆ เพื่อนำมาขายและบริโภค เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า ทุกวันนี้การเอาธรรมชาติมาใช้นั้น เกิดจากความโลภมากกว่าความจำเป็น เช่น การขุดน้ำมันเพื่อขายเอากำไร การบุกเบิกป่าเพื่อสร้างรีสอร์ท หรือปลูกพืชหาเงินเข้าตนเอง เป็นต้น พุดง่าย ๆ ก็คือ การขาดเมตตาต่อธรรมชาตินั่นเอง ทำให้มนุษย์เรานั้นเกิดความโลภ เห็นแก่ได้ ฉะนั้น พระองค์ จึงไม่อยากให้คนเราสั่งสมสมบัติจนเกินตัวเกินพอดี อันจะนำไปสู่การทำลายธรรมชาติและการหลงมัวเมาอยู่กับทรัพย์สมบัติจนลืมที่จะสั่งสมความดีและความมีเมตตา อันเป็นสิ่งที่พระเจ้าต้องการและอยากให้มนุษย์ได้พ้นจากทางแห่งความมืดมิด

กล่าวได้ว่า ธรรมชาติมีความสัมพันธ์และสำคัญต่อมนุษย์ คือ ให้คุณแก่มนุษย์มากจนพรรณานาไม่ได้อีก การที่มนุษย์มีความโลภในทรัพย์สมบัติ ก็หมายถึงได้ทำลายธรรมชาติทั้งโดยตรงและโดยทางอ้อม “การทำลายธรรมชาติถือว่าเป็นบาปชนิดหนึ่ง” คือได้ทำลายสิ่งมีชีวิตที่ให้ประโยชน์แก่เรา กล่าวได้ว่าเมื่อเราทำให้ธรรมชาติอยู่ไม่สุข เราก็จะอยู่ไม่มีความสุขด้วย ฉะนั้นก็ฉนั้นนั้น พระเยซูคริสต์ พระองค์จึงตรัสว่า การที่มนุษย์เราจะอยู่เป็นสุขนั้นต้องมีเมตตาเป็นหลักอยู่ในจิต ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า “บุคคลผู้ใดมีใจอ่อนโยน ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะ

^{๘๐} สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, พุทธศาสนสุภาษิต เล่ม ๑, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เทียนเขียว, ๒๕๓๕), หน้า ๕๖.

^{๘๑} มธ. ๖:๑๙-๒๑.

ได้รับแผ่นดินโลกเป็นมรดก บุคคลผู้ใดมีใจกรุณา ผู้นั้นเป็นสุข เพราะว่าเขาจะได้รับพระกรุณาตอบ”^{๘๒}

สรุปได้ว่า “ด้านช่วยบรรเทาภัยพิบัติธรรมชาติ” การอยู่ร่วมกันในโลก ทำให้สิ่งชีวิตและไม่มีชีวิตต่างๆ ต้องดำเนินเกี่ยวข้องกัน มีปฏิสัมพันธ์กัน ความสงบสุข ความมีสันติภาพ จะเกิดขึ้นได้จะต่อเมื่อเรารู้จักประพฤติปฏิบัติต่อกันและกันด้วยความรักความเมตตา กล่าวได้ว่า ความมีเมตตาธรรมจึงเสริมสร้างให้จิตใจคนเรานั้นตระหนักถึงธรรมชาติว่า ๑. มีคุณค่าต่อเรา ๒. มีประโยชน์ต่อเรา ๓. เราขาดมันไม่ได้ ๔. มีผลกระทบต่อเรา

พระพุทธเจ้าและพระเยซูคริสต์ไม่ได้สอนให้ทำลายธรรมชาติ แต่สอนให้ทำลายกิเลสและความชั่วทั้งหลายที่มีอยู่ในตนเอง ดังนั้น ความมีเมตตาธรรม ย่อมทำให้จิตใจของเรานั้นรักธรรมชาติมากขึ้นและรู้สึกเกรงกลัวการทำลายธรรมชาติมากขึ้น เพราะว่าการทำลายธรรมชาตินั้น “มันเป็นบาป”

^{๘๒} มธ. ๕:๕.๗.

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวិเคราะห์หลักเมตตาธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนากับพระคัมภีร์คริสตธรรม นั้นผู้วิจัยได้ตั้งวัตถุประสงค์ของการวิจัยไว้ ๓ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาหลักเมตตาธรรมในพระพุทธศาสนา (๒) เพื่อศึกษาหลักเมตตาธรรมในคริสตศาสนา (๓) เพื่อศึกษาวิเคราะห์การนำหลักเมตตาธรรมมาใช้ในการเสริมสร้างสันติภาพของบุคคลและสังคม การศึกษานี้มุ่งเน้นที่จะศึกษาถึงหลักเมตตาธรรมตามพระคัมภีร์ของพระพุทธศาสนากับคริสตศาสนาในมิติของความหมาย ประเภท และลักษณะของเมตตาธรรม รวมถึงหลักธรรมที่มีความสัมพันธ์ทั้งในส่วนที่ส่งเสริมสนับสนุน และที่เป็นปฏิปักษ์กับหลักเมตตาธรรมตลอดจนศึกษาหลักเมตตาธรรมตามทัศนะของผู้รู้และพระอาจารย์ทั้งหลาย เพื่อนำผลของการวิจัยนี้มาเสริมสร้างสันติภาพให้เกิดมีขึ้นกับตัวบุคคลมีตนเองและสังคม จากที่ได้ศึกษาวิเคราะห์มา ผู้วิจัยพอสรุปประเด็นได้ดังนี้

๕.๑.๑ หลักเมตตาธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

จากการวิจัยพบว่า หลักเมตตาธรรมเป็นสิ่งสูงสุดของการเสริมสร้างให้ทุกชีวิตบนโลกใบนี้อยู่ด้วยกันอย่างมีสันติภาพ ถ้ามองว่า ความรักหรือเมตตาธรรมนั้นจะเป็นนามธรรม แต่การจะรับรู้ และสัมผัสได้นั้นเกิดจากการประพฤติปฏิบัติให้เกิดมีขึ้นในจิตใจของตนเองแล้วส่งไปถึงผู้อื่น เหมือนความสุขความทุกข์นั้นจะต้องรับรู้ด้วยตัวเองก็จะบอกได้ว่าเป็นอย่างไร ฉะนั้น การสัมผัสถึงหลักเมตตาธรรมนั้น ก็ฉนั้น

ในพระพุทธศาสนานั้นเป็นที่ยอมรับกันในหมู่พุทธศาสนิกชนที่ศรัทธาในพระพุทธเจ้าและผู้ที่เกี่ยวข้องในผลของกรรม (ผลของการกระทำ) ว่า “หลักเมตตาธรรม” นั้นเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้คนเราแผ่ความรักและเจริญความรักในสัตว์ทั้งหลาย ด้วยจิตเสมอกันในสัตว์ทุกจำพวกในที่ทั้งปวง เพื่อละกิเลส มีความโลภ ความโกรธ ความหลง อันเป็นบ่อเกิดของความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ ที่ทำให้เกิดการอาฆาต จองล้าง จองผลาญ อันเป็นสิ่งที่ไม่สิ้นสุด เพื่อให้เกิดการละกิเลสเหล่านั้น พระพุทธเจ้าจึงเน้นให้คนเรา ไม่ทำความชั่วทั้งปวง ทำแต่ความดีทั้งปวง และทำจิตใจให้บริสุทธิ์ อันเป็นที่มาของความหมายของการมีหลักเมตตาธรรมในจิตใจ

การแสดงออกมาของหลักเมตตาธรรมที่ปรากฏเป็นคุณธรรมในคัมภีร์พระไตรปิฎก นั้นพบว่ามียุ่ ๓ ประการ คือ

๑. เมตตากายกรรม หมายถึง จะทำสิ่งใดก็ทำด้วยเมตตา คือ กิริยาอาการที่แสดง ออกมานั้นไม่ทำให้ตนเองและผู้อื่นเดือดร้อน ร้อนใจ ได้แก่ (๑) เว้นจากการฆ่าสัตว์ (๒) เว้น จากการลักทรัพย์ (๓) เว้นจากการประพฤตินอกใจ

๒. เมตตาวาจากรรม หมายถึง จะพูดสิ่งใดก็พูดด้วยเมตตา คือ การพูดการเจรจา ปราศรัยที่แสดงออกมาทางวาจานั้น ไม่ไปทำให้ตนเองและผู้อื่นเดือดร้อน ร้อนใจ เจ็บใจ ได้แก่ (๑) เว้นจากการพูดเท็จ (๒) เว้นจากการพูดส่อเสียด (๓) เว้นจากการพูดคำหยาบ (๔) เว้นจาก การพูดเพ้อเจ้อ

๓. เมตตามโนกรรม หมายถึง จะคิดสิ่งใดก็คิดด้วยเมตตา คือ กิริยาอาการทางใจ หรืออารมณ์ความรู้สึกนึกคิดทางจิตใจที่แสดงออกมานั้น ไม่ไปทำให้ตนเองและผู้อื่นเดือดร้อน ได้แก่ (๑) ไม่โลภ (๒) ไม่พยาบาท (๓) มีความเห็นถูกต้อง

ทั้ง ๓ ประการที่พระพุทธเจ้าทรงสอนและทรงประพฤตินั้น ก่อให้เกิดลักษณะที่เป็น รูปธรรม ๓ ประการ คือ ๑) ลักษณะของเมตตาธรรมทั่วไป ๒) ลักษณะของเมตตาธรรมขั้นสูง ๓) ลักษณะของเมตตาธรรมขั้นสูงสุด มีรายละเอียดพอสังเขปดังนี้

๑. ลักษณะของเมตตาธรรมทั่วไป หมายถึง พระเมตตาที่พระพุทธเจ้าทรง ช่วยเหลือคนเจ็บ คนป่วย เป็นทุกข์ทั้งกายและใจ เป็นต้น

๒. ลักษณะของเมตตาธรรมขั้นกลาง หมายถึง พระเมตตาที่พระพุทธเจ้าทรง เอาชนะคนใจบาป คนมีมิฉชาติปฏิฐิ มีมานะและทำให้คนละความชั่วกลับใจเป็นคนดี เป็นต้น

๓. ลักษณะของเมตตาธรรมขั้นสูงสุด หมายถึง พระเมตตาที่พระพุทธเจ้าทรง สละชีวิตในการบำเพ็ญธรรมเพื่อสอนให้ผู้คนพ้นทุกข์ เป็นต้น

ในหลักเมตตาธรรมนั้น มีกิเลสทั้งหลายเป็นปรปักษ์โดยเฉพาะ “โทสะ” ดังที่ พระพุทธเจ้าตรัสว่า ความโกรธนั้นเป็นอารมณ์ของผู้มีปัญญาทึบ ทำให้เป็นคนเกรี้ยวกราด โหดร้าย ไม่มีสติ ไม่รู้ธรรม ไม่รู้จักบาปบุญคุณโทษ ทำบาปที่มีโทษมากที่คนธรรมดาทำไม่ได้ เช่น ฆ่ามารดาบิดาได้ ไม่มีความละอายและไม่เกรงกลัวอะไรทั้งนั้นกล่าวง่ายๆ คือ ความโกรธนั้น เป็นเหตุให้คนขาดเมตตาธรรมต่อกันหรือเป็นปฏิกิริยาของหลักเมตตาธรรม กล่าวได้ว่าหลักธรรมที่เป็นปรปักษ์ต่อการมีเมตตานั้นคงหนีไม่พ้นความโกรธหรือที่เรียกว่า “โทสะ”

การจะสร้างหลักเมตตาธรรมเพื่อให้เกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่นนั้นจำเป็นที่จะต้อง มี หลักธรรมอย่างอื่นมาช่วยเสริมสร้างให้เกิดมีขึ้น นั่นคือหลักขันติ หมายถึง ความอดทน ดังที่

พระพุทธรูปเจ้าทรงอดทนต่อความยากลำบาก ต่อภัยคุกคามต่างๆ นานา ตั้งแต่ทรงพระเยาว์จนถึง ทรงออกบวชแล้วก็ดับขันธปรินิพพาน จนทำให้เห็นว่า การมีขันติธรรมของพระองค์นั้นทำให้ พระองค์สามารถผ่านอุปสรรคต่างๆ ได้และช่วยเสริมให้เมตตาธรรมของพระองค์นั้นเป็นที่ยอมรับ ที่ชื่นชมของผู้ที่พบเห็นและผู้ที่ยังไม่พบเห็นดังคำสรรเสริญที่ผู้คนได้ให้กับพระองค์ว่า “ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน”

๕.๑.๒ หลักแห่งเมตตาในพระคัมภีร์คริสตธรรม

ในคริสต์ศาสนานั้น เป็นที่ยอมรับกันในหมู่คริสตศาสนิกชนผู้รักพระเจ้า รักเพื่อน มนุษย์ว่า “หลักแห่งเมตตา” นั้นเป็นหลักธรรมที่พระเยซูคริสต์ทรงสอนให้คนเรารักพระเจ้าและ เพื่อนมนุษย์ เพื่อละความโกรธ ความเคียดแค้นอันเป็นบ่อเกิดของความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ ที่ทำให้เกิดการอาฆาต จองล้าง จองผลาญ อันเป็นสิ่งที่ไม่สิ้นสุด เพื่อให้เกิดการให้อภัยกันและกัน พระเยซูคริสต์ พระองค์จึงเน้นให้คนเรารักพระเจ้า อย่างสุดจิตสุดใจและรักเพื่อนมนุษย์ ดุจเพื่อน บ้านมิตรสหายให้เหมือนกับรักตัวเอง อันเป็นที่มาของความหมายของหลักแห่งเมตตา

การแสดงออกของหลักเมตตาธรรมที่ปรากฏเป็นคุณธรรมในพระคัมภีร์คริสตธรรมนั้น พบว่ามีอยู่ ๓ ประการ คือ

๑. เมตตาทางกาย หมายถึง การแสดงความสุขภาพทางกายโดยไม่ทำให้ตนเองและผู้อื่น เดือดร้อน ร้อนใจ คือ ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่นให้ได้รับความเสียหายอันตรายต่างๆ เป็นต้น ดังพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า (๑) จงให้เกียรติแก่บิดามารดาของเจ้า (๒) อย่าฆ่าคน (๓) อย่าลัก ทรัพย์ (๔) อย่าล่วงประเวณีฟัวเมียเขา

๒. เมตตาทางวาจา หมายถึง การแสดงความสุขภาพทางวาจาออกมาทางปาก คือ ไม่ ไปทำให้ตนเองและผู้อื่นเดือดร้อน ดังพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า (๑) อย่าออกพระนามพระเยซู- วาห์พระเจ้าของเจ้าอย่างไม่สมควร (๒) อย่าเป็นพยานเท็จใส่ร้ายเพื่อนบ้าน (๓) อย่ากล่าวโทษเขา (อย่าว่าร้ายผู้อื่น) (๔) อย่าพุดหยาบคาย พุดเล่นไม่เป็นเรื่อง พุดตลกหยาบโลเกเร

๓. เมตตาทางใจ หมายถึง การแสดงความสุขภาพทางใจหรืออารมณ์ความรู้สึกนึกคิด ทางจิตใจที่แสดงออกมาไม่ไปทำให้ตนเองและผู้อื่นเดือดร้อน ดังพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า (๑) อย่าโลภกริ้วเรื้อนของเพื่อนบ้าน อย่าโลภภรรยาของเพื่อนบ้าน หรือทาส ทาสีของเขา หรือ โค ลาของเขา หรือสิ่งใดๆ ซึ่งเป็นของของเพื่อนบ้าน (๒) ไม่ชื่นชมยินดีเมื่อมีการประพาศพิณ (อย่าเห็นผิดเป็นถูก) (๓) จงรักศัตรูของท่าน จงอธิษฐานเพื่อผู้ที่ข่มเหงท่าน

ทั้ง ๓ ประการที่พระเยซูคริสต์ทรงสอนและทรงประพฤตินั้น ก่อให้เกิดลักษณะที่เป็นรูปธรรม ๓ ประการ คือ ๑) ลักษณะของเมตตาธรรมทั่วไป ๒) ลักษณะของเมตตาธรรมขั้นสูง ๓) ลักษณะของเมตตาธรรมขั้นสูงสุด มีรายละเอียดพอสังเขปดังนี้

๑. ลักษณะของเมตตาธรรมทั่วไป หมายถึง พระเมตตาที่พระเยซูคริสต์ทรงช่วยเหลือคนเจ็บ คนป่วย เป็นต้น

๒. ลักษณะของเมตตาธรรมขั้นกลาง หมายถึง พระเมตตาที่พระเยซูคริสต์ทรงเอาชนะคนใจบาปและทำให้คนใจบาปกลับใจเป็นคนดี เป็นต้น

๓. ลักษณะของเมตตาธรรมขั้นสูงสุด หมายถึง พระเมตตาที่พระเยซูคริสต์ทรงสละชีวิตเพื่อถ่ายบาปให้ผู้อื่น

การบำเพ็ญหลักเมตตาธรรมนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องกำจัดหลักธรรมที่เป็นปรปักษ์ นั่นก็คือ ความโกรธ ความหลง ความมีราคะ พระเยซูคริสต์ทรงให้คนเรานั้นเอาชนะความเกลียดชังที่เกิดจากความโกรธด้วยการให้อภัย คือ มีเมตตาต่อเขานั่นเอง ดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมว่า “จงรักศัตรูของท่าน จงทำดีแก่ผู้ที่เกลียดชังท่าน จงอวยพรแก่คนที่แช่งด่าท่าน จงอธิษฐานเพื่อคนที่คนที่เคียดแค้นท่าน” กล่าวได้ว่าหลักธรรมที่เป็นปรปักษ์ต่อการมีเมตตานั้น คือ ความโกรธหรือที่เรียกว่า “โทสะ”

การจะสร้างหลักเมตตาธรรมเพื่อให้เกิดขึ้นกับตัวเองและผู้อื่นนั้น จำเป็นจะต้องมีหลักธรรมอย่างอื่นมาช่วยเสริมสร้างให้เกิดมีขึ้น ซึ่งก็คือขันติ หมายถึง ความอดทน ดังพระเยซูคริสต์ที่พระองค์ทรงอดทนต่อความยากลำบากต่อภัยคุกคามต่างๆ นานา ตั้งแต่ทรงพระเยาว์จนถึงทรงสิ้นพระชนม์ ทำให้เห็นว่า การมีขันติธรรมของพระองค์นั้นทำให้พระองค์สามารถผ่านอุปสรรคต่างๆ ได้และช่วยเสริมให้เมตตาธรรมของพระองค์นั้นเป็นที่ยอมรับ ที่ชื่นชมของผู้ที่พบเห็นและผู้ที่ยังไม่พบเห็น ดังคำสรรเสริญที่ผู้คนได้ให้กับพระองค์ว่า “พระบิดาแห่งความรัก”

๕.๑.๓ การใช้หลักเมตตาธรรมในการเสริมสร้างสันติภาพของพระพุทธศาสนากับคริสตศาสนา

การเสริมสร้างสันติภาพให้เกิดขึ้นกับบุคคลและสังคมจะต้องสร้างให้เกิดมีขึ้นกับตนเองซะก่อน คือ จะต้องสร้างเมตตาธรรมให้อยู่กับจิตใจของตนเอง เมื่อมีในตนเองแล้วก็จะส่งไปถึงผู้อื่นมี พ่อ แม่ ญาติมิตรสหายคนที่รู้จักและไม่รู้จัก เป็นต้น สุดท้ายก็ทำให้สังคมที่อยู่ร่วมกันมีความสงบสุข กล่าวได้ว่า “หลักเมตตาธรรมหรือหลักความรักนั้นเสริมสร้างให้จิตของคนเรานั้นมีความคิดที่ดีต่อกัน ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “จิตที่บุคคลตั้งไว้โดยชอบยอมให้สมบัติทั้งปวง” และดังที่ปรากฏในพระคัมภีร์คริสตธรรมที่พระเยซูคริสต์ตรัสว่า “คนดีก็เอาของดีมาจากคลังแห่ง

ความดีในตัวของเขา” แสดงว่า ถ้าเราไม่ตั้งใจไว้ในความดี ความถูกต้อง และยังไม่รักตนเอง สันติภาพในสังคมที่แท้จริงและจริงคงเป็นความหวังที่เป็นจริงได้ยาก

ก. หลักเมตตาธรรมในการเสริมสร้างสันติภาพด้านบุคคลเชิงวิเคราะห์

ทางพระพุทธศาสนาเสนอว่า พระพุทธเจ้าทรงสอนให้คนเราแผ่ความรักและเจริญความรักในสัตว์ทั้งหลาย ด้วยจิตเสมอกันในที่ทั้งปวง ได้วางหลักเมตตาธรรมไว้สำหรับการเสริมสร้างให้เกิดความมีสันติภาพต่อกัน อันเป็นหน้าที่ๆ ทุกคนควรปฏิบัติต่อกัน ซึ่งเป็นการอนุเคราะห์และบำรุงต่อกัน ถ้าบุคคลดำเนินตามหน้าที่ของแต่ละบุคคลย่อมก่อให้เกิดระบบการสร้างเมตตาธรรมในตัวบุคคล คือ ทำให้เกิดการอบรมสั่งสอน บอกล่าว ตักเตือน แนะนำให้ตั้งอยู่ในความถูกต้องอันนำไปสู่การมี “สัมมาทิฐิ” เมื่อบุคคลมีปัญหาเห็นชอบก็จะนำไปสู่การประพฤติดีงาม เรียกว่า “สัมมากัมมันตะ” เมื่อมีความประพฤติดีงาม ก็จะนำไปสู่การทำมาหากินอย่างสุจริตชน เรียกว่า “สัมมาอาชีวะ” เมื่อบุคคลประกอบอาชีพสุจริต ย่อมก่อให้เกิด “การเกื้อกูลการเสียสละ” ไปสู่การมีสัมมาคารวะ เคารพ รู้จักกาลเทศะ ที่ต่ำที่สูง ไม่ถือทิฐิมานะ สุดท้ายก็นำไปสู่การมีความกตัญญู กตเวทิต่อผู้มีคุณและผู้อื่น

ทางคริสตศาสนาเสนอว่า พระเยซูคริสต์ทรงสอนให้คนเรานั้นมีความรักต่อกันและกัน และการให้อภัย ไม่ว่าจะเป็มิตรหรือศัตรู ถ้าบุคคลมีความรักในพระเจ้าและในเพื่อนบ้านและการให้อภัย ย่อมทำให้เกิดระบบการสร้างเมตตาในตัวบุคคล คือ เมื่อบุตรมีความนบ้น้อมเชื่อฟังให้เกียรติบิดามารดาของตนและในองค์พระผู้เป็นเจ้า ก็จะทำให้บิดามารดามีความรัก ซึ่งจะนำไปสู่การอบรมสั่งสอนเตือนสติตามหลักของพระเจ้า อันนำไปสู่ความกตัญญูกตเวทิต่อพ่อ แม่ เมื่อสามีภรรยามีความรักต่อกัน ก่อให้เกิดความเคารพ ให้เกียรติ ย้ำเกรงต่อกัน เมื่อลูกน้องเชื่อฟังเจ้านาย ย่อมทำให้เจ้านายมีความพอใจ ย่อมก่อให้เกิดการไม่เอาเปรียบกันและกัน เมื่อบุคคลแต่ละคนมีความรักในพระเจ้าและเพื่อนบ้านและผู้มีพระคุณทั้งหลาย ระบบความรักความเมตตา ก็จะเกิดขึ้น

ทั้งหมดนี้ กล่าวได้ว่า หลักเมตตาธรรมสามารถเสริมสร้างให้บุคคลในครอบครัวและคนรอบข้าง ลดการถือทิฐิ มานะลง เมื่อลดทิฐิ มานะของแต่ละคนลง ก็จะนำไปสู่การมอบความรัก การให้อภัยต่อกัน อันจะเสริมสร้างสันติภาพและความสงบสุขด้วยกันในที่สุด

ข. หลักเมตตาธรรมในการเสริมสร้างสันติภาพด้านสังคมเชิงวิเคราะห์

จากที่กล่าวมาแล้วข้างต้นว่า การอยู่ร่วมกันในสังคมจำเป็นต้องมีการคบค้าสมาคมมีการค้าขาย เจริญปราศรัยกัน ไม่สามารถอยู่คนเดียวได้ เป็นสิ่งที่เราจะต้องพบกับผู้คนทั้งที่รู้จักและไม่รู้จัก ในบางครั้งอาจมีความกระทบกระทั่งกันย่อมก่อให้เกิดความไม่พอใจกัน เป็นเรื่องธรรมดา

จากการศึกษาหลักเมตตาธรรมของพระพุทธศาสนาและหลักเมตตาธรรมในคริสตศาสนา พบว่า เป็นหลักธรรมที่สามารถช่วยให้คนในสังคมนั้นอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุขเปรียบเสมือนยารักษาโรคให้หายจากโรคและทำให้สุขภาพแข็งแรง

ทางพระพุทธศาสนา เสนอว่า ถ้าคนเรามีวิถีชีวิตเดินตามหลักเมตตาธรรม ย่อมทำให้เศรษฐกิจทางสังคมเป็นแบบกลางไม่สูงหรือต่ำเกินไป กล่าวคือ การดำเนินชีวิตแบบสายกลาง ทำให้เกิดความพอดีในชีวิตทุกคน คือ มีความพอใจในสิ่งที่ตนมี ก่อให้เกิดการรู้จักประมาณในการบริโภคทรัพย์ที่หามาได้ซึ่งเรียกว่า “โภชนมัตตัญญุตานา” เมื่อมีความพอประมาณก็นำไปสู่การมี “สัมมาอาชีวะ” เมื่อมนุษย์มีสัมมาอาชีวะ ย่อมทำให้ผู้คนในสังคมมีธรรมยึดเหนี่ยวเป็นอันเดียวกัน เรียกว่า “สังคหวัตถุ คือ (๑) ก่อให้เกิดการให้ (๒) ก่อให้เกิดปิยวาจา (๓) ก่อให้เกิดการประพฤติประโยชน์ (๔) ก่อให้เกิดการวางตนอ่อนน้อมต่อผู้ใหญ่” เช่นนี้ ย่อมก่อให้เกิดความสงบสุขในสังคม และปัญหาต่างๆ ในสังคมก็จะลดน้อยลง

ทางคริสตศาสนา เสนอว่า ถ้าคนเรามีวิถีชีวิตเดินตามหลักแห่งความรักความเมตตา ย่อมทำให้เศรษฐกิจทางสังคมย่อมเป็นไปโดยไม่เอาัดเอาเปรียบกัน เป็นแบบเกื้อกูลกันบนฐานความรักในพระเจ้าและเพื่อนบ้าน กล่าวคือ เมื่อคนในสังคมมีการดำเนินชีวิตแบบที่คนในสังคมมี “ใจอ่อนโยน มีใจกรุณา” ย่อมทำให้อยู่ “เป็นสุข” ดังการให้อภัยกันและกัน เมื่อคนมีใจอ่อนโยน มีใจกรุณาต่อกัน ย่อมเชื่อว่าเป็นบุตรของพระบิดาผู้ทรงสถิตอยู่ในสวรรค์ พระองค์ผู้ทรงให้แสงสว่างแก่คนดีและคนชั่ว และมอบความอบอุ่น คือ เมื่อมีใจอ่อนโยน กรุณาต่อกัน ความพอใจในการบริโภคทรัพย์ที่หามาได้ก็จะพอดีกับทุกคน เมื่อมีความพอดีกับทุกคนก็จะนำไปสู่การประกอบอาชีพที่สุจริต ดังนั้น เมื่อมนุษย์นำหลักเมตตาธรรม ของพระบิดามาใช้ย่อมทำให้ผู้คนในสังคมมีธรรมยึดเหนี่ยวเป็นอันเดียวกัน เรียกว่า “การให้อภัย การมอบความรัก” เช่นนี้จึงจะก่อให้เกิดความมีสันติภาพและความสงบสุขในสังคม ส่งผลให้ปัญหา และอันตรายต่างๆ ในสังคมลดน้อย

ค. วิธีการนำหลักเมตตาธรรมไปเสริมสร้างสันติภาพกับบุคคลและสังคม

สันติภาพนั้นมีทั้งภายในและภายนอก หลักเมตตาธรรมของพระพุทธศาสนากับคริสตศาสนาสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้กับการเสริมสร้างทั้งภายในและภายนอก ดังนี้

สันติภาพที่เสริมสร้างภายใน

ใช้หลักเมตตาธรรมของพระพุทธศาสนาในระดับสูง คือ การมีปัญญามาช่วยเสริมให้เกิดสัมมาทิฐิ ความเห็นในทางที่ตรง และสัมมาสังกัปปะ การคิดที่ตรง

ใช้หลักแห่งเมตตาของคริสตศาสนาระดับสูง คือ การมีจิตใจที่อ่อนโยน และกรุณา มาช่วยเสริมให้เกิดการมีจิตรัก (จิตบริสุทธ์) จิตอภัย (จิตปล่อยวาง) แก่ทุกคน

สันติภาพที่เสริมสร้างภายนอก

ใช้หลักเมตตาธรรมของพระพุทธศาสนาในระดับศีลมาช่วยเสริม โดยเน้นศีล ๕ คือ (๑) ปาณาติปาตา เวรมณี เจตนางดเว้นจากการฆ่าสัตว์ (๒) อทินนาทานา เวรมณี เจตนางดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขามีได้ให้ (๓) กาเมสุมิจฉาจารา เวรมณี เจตนางดเว้นจากการประพฤติผิดในกาม (๔) มุสาวาทา เวรมณี เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ (๕) สุราเมध्यมัชชปะมาทัฏฐานา เวรมณี เจตนางดเว้นจากการเสพของมึนเมาคือยาเสพติด

ใช้หลักเมตตาธรรมของคริสตศาสนาในระดับพระบัญญัติมาช่วย โดยเน้น ๕ ข้อ คือ (๑) อย่าฆ่าคน (๒) อย่าล่วงประเวณีผิดเมียเขา (๓) อย่าลักทรัพย์ (๔) อย่าเป็นพยานเท็จใส่ร้ายเพื่อนบ้าน (๕) อย่าโลกกร้าวเรือนของเพื่อนบ้าน อย่าโลกภรรยาของเพื่อนบ้าน หรือทาสทาสีของเขา หรือโค ลาของเข หรือสิ่งใดๆ ซึ่งเป็นของของเพื่อนบ้าน

หลักเมตตาธรรมของพระพุทธศาสนากับคริสต์ศาสนานั้น เป็นสิ่งที่ดีมีคุณค่าอย่างมาก แม้ว่าพระพุทธศาสนาจะเกิดก่อนคริสต์ศาสนาก็ตาม เพราะหลักเมตตาธรรมของทั้งสองพระองค์มีไว้ใช้แก้ไขปัญหาและสร้างสันติภาพได้ทุกกาลสมัย แต่สิ่งสำคัญที่สุดอยู่ที่ว่า ตัวบุคคลและสังคมนั้นมีความรู้ความเข้าใจมากน้อยเพียงใด ในการมุ่งมั่นและตั้งใจในการนำเอาหลักเมตตาธรรมไปประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหาและเสริมสร้างสันติภาพ หากตัวบุคคลนั้นมีใจเปิดกว้างพอกับผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเราแล้วไซ้ สันติภาพย่อมเกิดขึ้นได้แน่นอน เพราะฉะนั้น การมีเมตตา การมีความกรุณา มีความอ่อนโยน มีใช้สัญลักษณ์ของความอ่อนแอ มีใช้การหมัดหนทางหรือหมัดหวัง และไม่ใช้การแสดงออกของคนที่แพ้ ขี้ขลาดแต่ประการใด แต่เป็นการแสดงออกของผู้ชนะในสิ่งที่ผู้อื่นชนะได้ยาก บ่งบอกถึงความแข็งแกร่งและความแน่วแน่ในจิตใจอย่างแท้จริง

๕.๒ ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับผลงานการวิจัย

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากการศึกษาวิเคราะห์หลักเมตตาธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และพระคัมภีร์คริสต์ธรรมมีประเด็นที่น่าสนใจในอยู่หลายประเด็น ผู้วิจัยเห็นว่า น่าจะนำไปศึกษาวิเคราะห์หรือวิจัยต่อไปเพื่อเป็นประโยชน์ต่อตนเอง สังคมและผู้สนใจ ดังนี้

๑. หลักเมตตาธรรม ตั้งแต่ขั้นพื้นฐานจนถึงขั้นสูงสุด หากพิจารณาให้ละเอียดจะเห็นว่า เป็นสิ่งที่มีคุณค่าอย่างยิ่งต่อสัตว์โลกทั้งหลาย เพราะหลักเมตตาธรรมของพระพุทธเจ้า และพระเยซูคริสต์นั้นมีไว้เพื่อกำจัดกิเลสอันเกิดจากความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นหลัก

๒. การศึกษาวิเคราะห์หลักเมตตาธรรมนี้ไม่ได้มีจุดประสงค์ให้นำมาเทียบกันว่าของศาสนาไหนดีกว่ากัน แต่ว่ามีไว้เพื่อหาจุดร่วมในการสร้างสรรค์ให้ทุกคนช่วยกันเสริม ช่วยกันแก้ไขต่อปัญหาทั้งหลาย เพื่อให้เกิดสันติภาพที่ถาวรตลอดไป

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยต่อไป

ควรมีการศึกษาวิเคราะห์หลักเมตตาธรรมที่ปรากฏในบทบัญญัติทางกฎหมายบ้านเมือง และในประเพณีทั้งในเชิงปริมาณและคุณภาพอันจะเป็นประโยชน์ต่อสังคมโดยรวมต่อไป

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources)

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒.

พระพุทธโฆสจารย์เถระ รจนา. สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปลและเรียบเรียง.

คัมภีร์วิสุทธิมรรค. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๑.

กองวิชาการ สภากาชาดศึกษาามกุฎราชวิทยาลัย. ธรรมปทฎฐกถา ปฐโม ภาค – อฎฐโม ภาค.

กรุงเทพมหานคร : มหามกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

สมาคมพระคริสตธรรมไทย. พระคริสตธรรมคัมภีร์. พิมพ์ครั้งที่ ๒๗. กรุงเทพมหานคร: สมาคมพระคริสตธรรมไทย, ก.ศ. ๒๐๑๐.

ข. เอกสารและหนังสือชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources)

(๑) หนังสือ

คาร์โล กาเร็ตโต. สำคัญที่ความรัก แปลโดย อ.ประทีป ชุมสายฯ. จัดพิมพ์โดย คณะภคินีเซนต์ปอล เดอ ชาร์ตร์. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แม่พระยุคใหม่, ๒๐๐๗.

ดิช นัท อันท์. เมตตาภาวนา คำสอนว่าด้วยรัก. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง, ๒๕๔๓.

บาทหลวงวุฒิชัย อ่องนาวา. มนุษย์ภาพลักษณ์ของพระเจ้า. นครปฐม : วิทยาลัยแสงธรรม, ๒๕๕๐.

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์ปริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๒๒.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. ครั้งที่ ๑๘.

นนทบุรี : โรงพิมพ์เพิ่มทรัพย์การพิมพ์, ๒๕๕๑.

_____. พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมมิก, ๒๕๕๔.

พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงปู่ปัญญานันทภิกขุ) .อยู่กันด้วยความรัก. กรุงเทพมหานคร : สถาบันบันลือธรรม, ๒๕๕๒.

พระมหาวิฑูพร อภิวัตฺตโน. การแผ่เมตตาหนึ่งแ่งามของจิตใจ. พิมพ์ครั้งที่ ๓ กรุงเทพมหานคร : อาหารการพิมพ์, ๒๕๕๓.

พระมหาสมจินต์ วันจันทร์. ฉันเข้าใจสรรพสิ่งเพราะฉันรัก. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์กัลปพฤกษ์, ๒๕๔๘.

พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (ปัญญา อินทปญฺโญ). ปัญญาธิพนธ์. กรุงเทพมหานคร : หจก. สามลดา, ๒๕๔๕.

พุทธทาส อินทปญฺโญ. คริสตธรรม พุทธธรรม. กรุงเทพมหานคร: สถาบันบันลือธรรม, ม.ป.ป.

_____. คู่มือมนุษย์. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: บริษัทพิมพ์ดีการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๒.

ฟรังซิส โกสั ซดบ. พระหฤทัยของพระเยซูเจ้า: มิติเชิงเทววิทยา. กรุงเทพมหานคร : มปท., ๒๐๐๗.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. คัมภีร์มลินทปัญหา (ไทย-บาลี). กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๔๐.

ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์ปริ้นดิง จำกัด, ๒๕๓๕.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส. พุทธศาสนสุภาษิต เล่ม ๑. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๓๕.

สมเด็จพระสันตะปาปา ยอห์น ปอล ที่ ๒ (เจียน). คณะกรรมการส่งเสริมชีวิตครอบครัว (แปล). ครอบครัวคริสตชนในโลกปัจจุบัน. กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., ๑๙๘๔.

_____. คู่มือยอห์น บัปติสต์ นรินทร์ ศิริวิริยานนท์ (แปล). สารถึงบรรดาครอบครัว. กรุงเทพมหานคร : สุขสำราญการพิมพ์, ๒๕๑๘.

(๒) วิทยานิพนธ์

พระครูบรรลือการ (บุญเสริม ชนะฤทธิ์). “พุทธจริยาวัตร กับพระจริยาวัตรของพระเยซูคริสต์”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตมหาวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.

นางสาวณัฐมา ชัดติธรรมกุล. “การศึกษาความรักในพระพุทธศาสนา”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร

มหาบัณฑิต, บัณฑิตมหาวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

(๓) บทความ

พระมหาเสนาะ กัณห์ทัต. “ความรักในพระพุทธศาสนา” ในวารสาร พ.ศ. ล. ปีที่ ๑๒ ฉบับที่

๒๑๔ (พฤศจิกายน-ธันวาคม ๒๕๔๑) : ๕๕.

๒. ภาษาอังกฤษ**(1) Books.**

Conze, Edward. **Buddhist Scripture**. London : Penguin Book, 1973.

D.T.Suzuki. **Outline of Mahayana Buddhism**. New York : Schocken Book, 1973.

Dauids, Rhys. **Buddhism India**. Patna : Indological Book House, 1973.

Dayal H. **The Bodhisattva Doctrine In Buddhist Sanskrit Literature**. Delhi: Motilal Banarasidas, 1970.

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ/นามสกุล : พระมหาปัญญา สุขสมปโน (ผาคิวโรดม)
- วัน/เดือน/ปี/เกิด : วันพุธที่ ๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๖
- สถานที่เกิด : บ้านเลขที่ ๓๓/๔ หมู่ที่ ๓ หมู่บ้านแพะสภาร ต.บ้านกาศ อ.แม่สะเรียง จ. แม่ฮ่องสอน
- มารดาบิดา : นางหน่อชัช ผาคิวโรดม นายไพโรจน์ ผาคิวโรดม
- การศึกษา : พ.ศ. ๒๕๔๐ ประถมศึกษา ป. ๖ โรงเรียนบ้านแพะ จังหวัดแม่ฮ่องสอน
: พ.ศ. ๒๕๔๓ นักรรรมเอก สำนักเรียนวัดปากน้ำ กรุงเทพมหานคร
: พ.ศ. ๒๕๔๖ การศึกษานอกโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ศูนย์
การศึกษานอกโรงเรียนเขตรชนบุรี
: พ.ศ. ๒๕๔๙ ปริญญาธรรม หก ประโยค สำนักเรียนวัดปากน้ำ
กรุงเทพมหานคร
: พ.ศ. ๒๕๕๒ คณะสังคมศาสตร์ สาขาวิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร
- อุปสมบท : พ.ศ. ๒๕๔๗ อุปสมบทที่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ พระอุปัชฌาย์ได้แก่
สมเด็จพระมหาธีรราชสังฆคณาจารย์ (ช่วง วรบุญโญ ป.ธ. ๙)
ได้รับฉายาว่า “สุขสมปโน”
- ประสบการณ์การทำงาน : พ.ศ. ๒๕๕๒ เป็นอาจารย์สอนบาลี ป.ธ.๓ สำนักเรียนวัดพระสิงห์
: พ.ศ. ๒๕๕๒ – ๒๕๕๓ เป็นพระวิทยากรอบรมบาลีก่อนสอบ
สนามหลวง วัดพระแก้ว จังหวัดเชียงราย
- ปัจจุบันสังกัด : วัดปากน้ำ เขตภาษีเจริญ จังหวัดกรุงเทพมหานคร
- เข้าศึกษาระดับปริญญาโท เมื่อ : ๑๐ มิถุนายน ๒๕๕๓
- วันสำเร็จการศึกษา เมื่อ : ๑๗ มีนาคม ๒๕๕๕